

الانسان

علامہ شہاد گیلانی

ارتکارِ توجہ

شاد کیلائی

خوش جیو، سرفراز شاہ وچ مانجستر

ملک سراج الدین ایڈیٹر، پبلشر

کشمیری بازار، لاہور (۸)

(پاکستان)

فہرست

نمبر شمار	عنوانات	صفحہ نمبر
۱-	مراقبہ سیر و سفر	۵
۲-	ارتکاز توجہ	۱۳
۳-	عمل تسخیر روح خود	۲۲
۴-	ارتکاز توجہ	۲۸
۵-	علم الخواب اور ارتکاز توجہ	۲۳
۶-	خواب میں بیداری کا طریقہ	۲۵
۷-	ارتکاز توجہ اور علم النفس	۴۱
۸-	ارتکاز توجہ	۴۸
۹-	عجیب تر متاثرہ	۶۶
۱۰-	ایک مشکل مگر مفید ترین مشق	۵۱
۱۱-	عجیب عمل	۷۵
۱۲-	اکسیر	۸۰
۱۳-	حفاظہ ریڈنگ کے نظریات	۸۴
۱۴-	ارتکاز توجہ اور علم النفس	۹۱
۱۵-	سیمیہ کا ایک عمل	۹۶
۱۶-	علم النفس	۱۰۳

نمبر شمار	عنوانات	صفحہ نمبر
۱۷-	لذات	۱۷
۱۸-	عجوبہ عالم عمل	۱۸
۱۹-	گنج کا علاج	۱۹
۲۰-	ارتکاز توجہ - قوت خیال اور عقلی پیشگی	۲۰
۲۱-	ارتکاز توجہ - قوت ارادی کی اہمیت	۲۱
۲۲-	کشف الفیور	۲۲
۲۳-	نفس مثلث کی زکوٰۃ کا خاص الحامی قاعدہ	۲۳
۲۴-	مفید نگینہ کا اصول	۲۴
۲۵-	آئینہ بینی	۲۵
۲۶-	سبق یاد کرنا	۲۶
۲۷-	لا جواب انگشتی	۲۷
۲۸-	ساعت اور نمبر	۲۸
۲۹-	ارتکاز توجہ	۲۹
۳۰-	ایک عظیم علمی ریسرچ	۳۰
۳۱-	لامقوں کی مقناطیسی کشش	۳۱
۳۲-	یہ مثال نسخہ	۳۲
۳۳-	ارتکاز توجہ - قوت ارادی کی تکمیل	۳۳
۳۴-	دانت اکھاڑنے کا عمل	۳۴
۳۵-	روحانیت	۳۵

ازکار توجہ

مراقبہ، سیر و سفر

آپ ہر روز سیر اور سفر کرنے کے عادی ہیں۔ خدا نے آپ کو پاؤں اسی لئے عطا کئے ہیں کہ آپ چلیں 'پھریں' دوڑیں اور سفر کریں۔ یہ ظاہری سیر اور سفر بالکل ہی آسان ہے۔ آپ نے ابھی ارادہ کیا کہ باہر جانا چاہیے۔ آپ اٹھ کھڑے ہوئے اور اپنے پاؤں سے چل کر باہر نکلے۔ مگر تصور کے پاؤں سے چل کر آنا بھی مشکل اور بے حد کٹھن کام ہے۔ ہاں اگر آپ تصور کے پاؤں سے چلنے پھرنے کی استعداد رکھتے ہیں تو آپ انسانیت میں بہت ہی بلند مقام کے حامل ہیں۔ اور آپ کی روحانی قوت کا مقام بہت ہی بلند ہے۔ مگر تصور کے پاؤں سے چلنا آسان نہیں اور مشکل بھی نہیں۔

تین آسان انسانوں کے لئے یہ ایک ناممکن سی بات ہے۔ مگر قوی ارادہ والے انسان یقیناً ایسا کر سکتے ہیں اور کر رہے ہیں۔ میرا نے بھی مدت دراز کی یکسوئی کے بعد اپنے تصوراتی قدموں سے چلنا سیکھ لیا ہے۔ ابھی راستہ میں ہی ایک جھکے کے ساتھ بیدار ہو جاتا ہوں اور کبھی کبھی منزل مقصود پر پہنچ بھی جاتا ہوں۔

مثلاً آپ نے ارادہ کیا کہ کسی بڑی دھڑکی کے گھر جانا چاہیے۔ اور آپ تصوراتی قدموں سے چل کر وہاں پہنچ گئے تو آپ حقیقت میں صحیح نظارہ دیکھیں گے۔ اور صحیح باتیں سُن سکیں گے۔ صاحب خانہ جو کچھ کر رہے ہیں یا جو کچھ بول رہے ہیں آپ وہی کچھ دیکھ بھی سکیں گے اور سُن بھی سکیں گے۔ صاحبان کمال اور دلی اللہ لوگ تصور کے ذریعہ سے مدینہ منورہ اور مکہ شریف پہنچ سکتے ہیں۔ حالانکہ ان کا مادی جسم ان کے گھر میں موجود ہوتا ہے مگر وہ مثالی جسم کے ذریعہ یقیناً پہنچ سکتے ہیں۔ اتنی دُور جانے کیلئے بڑی ریاضت اور انتہائی یکسوئی کی ضرورت ہے۔

اور یکسوئی اگر حاصل نہ ہو تو کچھ بھی نہیں مل سکتا۔ روحانی ارتقا ماراگر حاصل ہوتا ہے تو مندر انتہائی یکسوئی سے۔ یکسوئی کیا ہے؟ اپنے آپ میں استقامت ہو جانا کہ دنیا و مافیہا کی غیبت نہ رہے اور قریب کی باتیں بھی انسان نہ سُن سکے۔ گویا تمام حواس ظاہری سمٹ کے اندر ہو جائیں۔ یہ مقام اکثر لوگوں کو نصیب ہوتا ہے۔ جب آپ کسی اہم مسئلے پر سوچ رہے ہوں تو بعض اوقات آپ یکسوئی کی اسی منزل میں پہنچ جاتے ہیں اور پاس بیٹھ جاتے انسانوں کی باتیں بھی نہیں سُن سکتے۔ مگر یہ حالت آپ پر غیر اختیاری طور پر کبھی کبھی طاری ہوتی ہے۔ مزاج ہے کہ آپ جب بھی چاہیں اتنے ہی گہرے اشتغالات میں ڈوب جائیں۔ اس مقصد کی پہلی شرط ہے صبر دم۔ اور جسکی تفصیل میں اپنے پہلے بیان میں کچھ چکا ہوں۔ جب آپ ۵ منٹ تک صبر دم کرنے پر قادر ہو سکیں گے تو آپ اپنے مثالی جسم کے قدموں سے چلنا بھی

سیکھ جائیں گے۔

رات کی تاریکی میں۔ مطلق تنہائی میں، شور و شغب سے دور آرام سے سو رہا ہوں۔
پریلیٹ جائیں اور لیٹے لیٹے آنکھیں بند کر کے جس دم کی مشق شروع کریں۔
گہرے سانس لیکر ایک دوبار جس دم کریں اور پھر اپنے جسم کا تصور کریں۔
سے پاؤں تک۔ بس ذہن اس بات کی طرف مائل ہو کر آپ باطنی بنات سے
اپنے جسم کو دیکھ رہے ہیں۔ اس سے آگے میں اپنی مشق کی تفصیل بیان کر رہا
ہوں جو آپ کے لئے ایک سبق کا کام دیگی۔

اکتوبر کا مہینہ۔ ایک ٹھنڈی رات اور میں اپنے گھر کے کھٹے صحن میں چارپا
پریلیٹ کر سونے کی تیاری میں تھا۔ بال بچوں کی چارپائیاں قریب قریب
مجھے خیال آیا کہ کیوں نہ مراقبہ سیر کی مشق شروع کر دوں۔ بچوں کے سو جانے
کے بعد گھر بھر میں مطلقاً خاموشی چھائی تھی میں نے آنکھیں بند کر دیں۔
ایک لمبا سانس کھینچ کر جس دم کر دیا۔ ۵ منٹ تک سانس روکنے کے بعد
بھرا ہستہ آہستہ سانس باہر نکال دیا۔ ... پاؤں پھیل کر سوبیا تھا تصور کیا۔
میسرے دونوں پاؤں سرد ہو چکے ہیں بالکل سرد۔ ان میں سکت باقی نہیں رہی۔
ان میں اتنی قوت بھی نہیں رہی کہ حرکت میں آجائیں۔ ان میں سولی پھیلاؤ
نور و رنگ نہ ہو۔ تصور کی گہرائی میں ڈوب چکا تھا لہذا پاؤں پچ پچ سن رہے تھے۔
تھے۔ تصور ہی میں دہرایا کہ یہ سنا ہٹ اب بدن کے اوپر چڑھ رہی ہے
گھٹنوں تک بدن سُن رہے۔ اب ران اور کوہوں تک سنا ہٹ
چکی ہے۔ سنا ہٹ پریٹ میں محسوس ہو رہی ہے اپنے تکیے

گئی ہے۔۔۔ ماتھے بھی سُن ہو چکے ہیں۔ میرا پورا جسم سوچکا ہے مگر میرا
ذہن جاگ رہا ہے۔ میں اپنے جسم کو حرکت تک نہیں دے سکتا۔ اور یہ تصور
اتنی پختگی اختیار کر گیا کہ پچ پچ میرا پورا جسم خیالاتی فاع میں مبتلا ہو گیا تھا۔
اب مشق شرور کی۔ میرا جسم مجھے نقصان دہ ہے پورا جسم۔ یہ میرا سر ہے۔
اس کے نیچے سینہ پریٹ، ران، پنڈل۔ پورا شاد گیدانی۔ ہر ہوشیار گیدانی۔
اس شاد گیدانی اور اُس شاد گیدانی میں موبار فرسرق نہیں۔ یعنی میں اپنے
جسم سے بالکل الگ ہو کر چارپائی پر کھٹا ہو گیا۔

چارپائی سے اتروں؟ ہاں ضرور۔

جوتے کی کھنک محسوس ہو رہی تھی۔ چارپائی سے اٹھنے کے بعد چارپائی
کی چوڑوں میں جو چیرا ہٹ کی آواز بھی آرہی تھی کہ اچانک پڑوسی کا کتا زور
سے بھونکا۔ میں تصوراتی نیند سے اچانک چونک اٹھا۔ ذہن ایکس گہری
مشق میں ڈوب چکا تھا۔ کہتے تھے بھونک نے اسے جھنجھوڑ کر بیدار کر دیا
مگر ابھی جسم تصوراتی فاع میں مبتلا تھا اس نے اسے جگانا بھی ضروری تھا
اپنے آپ سے خطاب کیا کہ میرے سینے میں زندگی دوڑ رہی ہے۔ لہجوں میں
حرکت آچکی ہے اور زندگی کی یہ رمن نچل بدن کی طرف سمت سے دوڑ رہی
ہے۔ ران پنڈلیوں اور پاؤں میں خون کی حرکت تیز ہو گئی ہے۔ لیجئے میرے
سارے بدن میں پھر روح زندگی سما کرنے لگ گئی۔ میں تصوراتی فاع سے باہر
نکل آیا۔ میں نے کروٹ بدلی اور کلمہ شریف پڑھ کر سو گیا۔

دوسری رات۔ انتہائی سکون کے عالم میں بستر پر لیٹ گیا۔

"کون ہے بھائی"

میرے تصوراتی جسم نے اس سوال کا کوئی جواب نہ دیا۔ میں انیس صاحب کے دروازے پر کھڑا تھا مگر حقیقت میں اپنے بستر پر رات بھر کی حالت میں تھا اور اپنے بستر پر بیٹھ رہا تھا۔ میں نے انیس صاحب کو دیکھا اور ان کی آواز کو واضح طور پر سُن بھی نہ سکا۔ میں نے انیس صاحب کے کھٹکھٹانے کی آواز سُنی۔ وہ دروازے پر آئے تو اُن کے تدموں کی چاب بھی سُنی۔ انہوں نے دروازہ کھولا۔ میں ان کو واضح طور پر دیکھ نہ سکا اور وہ دروازے سے سر باہر نکالے اور اُدھر تجسس بھری نگاہ سے دیکھ رہے تھے کہ کس نے کھٹکھٹائی ہے؟ مگر میرا تصوراتی بدن اُن کو نظر نہ آ سکتا تھا۔ اس لئے وہ جیستہ کے عالم میں اور اُدھر دیکھ رہے تھے۔ اور جب کسی شخص کو نہ دیکھ سکے اور بات ان کی سمجھ میں نہ آسکی تو زور سے انہوں نے دروازہ کو بند کر دیا اور اونچی آواز سے پڑھا۔ لا حولہ ولا قوتہ الا باللہ۔

ان کے دروازہ بند کرنے اور لا حول بڑھنے سے میرے تصوراتی بدن نے ایک جھنجھٹا ہٹ محسوس کی اور میں کابوس کے مریض کی طرح بدلتا کر اپنے جسم مادی میں پھر واپس آ گیا۔ یکدم آنکھ کھلنے کے باعث اٹھنے کی کوشش کی مگر چونکہ جسم پر عارضی ناجی اثرات قائم کر کے رات بسر کیا تھا۔ اس لئے اُٹھ نہ سکا ذہن نے فوراً مشورہ دیا کہ ناجی اثرات دور کرنے کیلئے جسم کو ہدایت دی جائے سالیقہ طریق کے مطابق میں نے ہدایت دیکر اپنے خوابیدہ اعضاء کو پھر

جس دم کرنے کے بعد تصور یہ کیا کہ میں چار پائی سے اٹھ کر بیٹھ گیا ہوں۔ پاؤں لٹکائے بیٹھا ہوں اور جوتا پہن رہا ہوں۔ جوتے مجھے چار پائی سے نیچے پڑے ہوئے صاف نظر آ رہے تھے۔ میں نے دونوں پاؤں سے جوتے پہن لئے۔

لیجئے! تصور کے عالم میں میں چار پائی سے اٹھ کھڑا ہوا ہوں، صحن میں تصوراتی آنکھوں سے چاروں طرف دیکھا۔ سب افراد غائب گہری نیند میں رہے تھے۔ میں تصوراتی قدموں سے آہستہ آہستہ چلتا ہوا صحن کی لمبائی کو عبور کر کے گھر کے دروازے پر پہنچا۔ تصوراتی ہاتھ نے دروازہ کی کھٹکی کھولی۔ دروازہ کھلا میں آہستہ آہستہ قدم بڑھاتا ہوا اگلی میں داخل ہو گیا۔ تصوراتی ہاتھ نے کھلے دروازے کے پٹا پھر بند کر دیئے۔ کھلی مشرق کی طرف کھلتی ہے۔ میں نے تصوراتی آنکھوں سے فضا کو دیکھا۔ چاند آسمان پر چمک رہا تھا اور اگلی میں چاندنی چٹکی ہوئی تھی۔ دیوار کا سایہ واضح طور پر نظر آ رہا تھا اور میں نے چلنا شروع کیا۔ تصوراتی قدم آہستہ آہستہ بڑھ رہے تھے۔ اور میں امام بارگاہ کی حد عبور کر کے حضرت انیس شیرازی صاحب کے مکان کے دروازے پر پہنچ گیا۔ دروازہ بند تھا۔ میرا تصوراتی ہاتھ بھائی انیس شیرازی کے دروازے کی کھٹکی کی طرف بڑھا۔ اور کھٹکی کو میں نے زور سے کھٹکھٹانا شروع کر دیا۔ آواز صاف طور پر میرے کانوں میں آرہی تھی اور میرا تصوراتی ہاتھ متواتر کھٹکی کو کھٹکھٹاتا رہا تھا۔ کہ اتنے میں اندر سے انیس شیرازی صاحب نے آواز دی۔

پیدا کر دیا۔ یہ ایک عظیم تجربہ تھا جس کے مکمل ہونے پر مجھے روحانی مسرت
تھی۔ مگر مجھے بجائی انیس سے رات والے واقعہ کو دریافت کرنے کی ہمت
نہ تھی۔ پوچھوں تو کس طرح پوچھوں؟ میں اپنے تصوراتی سفر کی بات کسی
کسی کو بتانا نہیں چاہتا تھا۔ اس لئے اسی تاک میں رہا کہ انیس صاحب خود
بتائیں مگر انیس کہ انہوں نے بھی شاید اپنی نفسیاتی کمزوری سمجھتے ہوئے
واقعہ کا کبھی ذکر نہ فرمایا۔

بہر حال منقذین نے مراقبہ سیر و سفر کے بارے میں وضاحت سے لکھا
ہے اور فرمایا ہے کہ جو شخص اپنے تصوراتی قدموں سے سفر کر سکے اور جس
مقام پر پہنچے وہاں کا منظر بالکل اسی طرح سامنے ہوگا جس طرح ظاہری
آنکھوں سے دیکھا جاتا ہے مگر واقعہ میں انتہائی توجہ کی ضرورت ہے کہ ایک
لحظہ بھی انسانی تخیل یہ تخیس نہ کرے کہ وہ حقیقتاً بستر پر لیٹا ہے۔
جب بھی مراقبہ کے دوران توجہ ہٹ جائے اور ذہن میں اپنے بستر پر
ہونے کا احساس پیدا ہو فوراً ہی مراقبہ ختم کر دینا چاہیئے۔ اور اس سے
اگلے دن ذہن کو استوار کر کے پھر کوشش کرنی چاہیئے۔ ارتکاز توجہ کا یہ مقام
متواتر مراقبوں اور مہینہ دو مہینہ کی کوشش کے بعد ہی ملتا ہے۔ ذہن میں
انتشار ہو اور خیال جم نہ سکے تو پہلے ارتکاز توجہ کی کوئی اعلیٰ مشق کر لینا
ضروری ہے۔ ان مشقوں میں سے شمع بینی، طشت بینی وغیرہ کی مشقیں
نہایت عمدہ ہیں۔ اور ان میں سے کسی ایک مشق کا ماحول منتشر خیالات کو
سمیٹ کر ایک نقطہ پر مرکوز کر سکتا ہے۔ مگر سب سے اعلیٰ مشق اسم

جلالہ اللہ کی مشق ہے۔ لفظ اللہ کسی کتاب سے خوشخط سنہری سیاہی
سے لکھا کر اپنے سامنے رکھ دیں۔ اور انتہائی یکسوئی سے اس کاغذ پر نظریں جما
دیں۔ آنکھ جھپکنا اس عمل میں مفرب ہے۔ اس لئے مسلسل ٹکٹکی باندھ کر
دیکھیں۔ جب آنکھیں شک جائیں تو عمل بند کر دیں۔ اس دوران اگر اسم جلالہ
سکوا رہی کریں تو سونے پر سہاگے کا کام دے گا۔ چند یوم کی مشق سے آپ
ٹکٹکی باندھ کر بغیر آنکھ جھپکنے آسانی سے ۲۰ منٹ تک دیکھ سکیں گے۔
اس کے بعد اپنے دل کو سامنے رکھیں اور تصوراتی آنکھوں سے دل پر
اسم جلالہ کو نقش کریں۔ جب آپ اپنے دل پر اسم جلالہ کو بیس منٹ
تک دیکھ سکیں گے تو آپ کو کسی مزید مشق کی ضرورت نہ رہے گی۔ اور
آپ فی الواقعہ ایک "سیف برآں" بن چکے ہوں گے۔ آپ میں مقناطیسی
قوت بھر جائے گی۔ لوگ خواہ مخواہ آپ کی طرف کھنچ آئیں گے۔ آپ کا دل
گناہوں کی طرف راغب نہ ہوگا۔ اللہ کا خوف آپ کے دل پر چھا جائے گا
اور آپ فی الواقعہ اللہ والے بن جائیں گے۔ !!

ارتکارِ لوحہ

اپنے من میں ڈوب کر یا جاسراغ زندگی

علم تنویم میں کسی الکل پیچہ تکنیک اور متواتر سونے اور سو جانے کی ہدایت
دے کر کسی کو سلا دینا اور بات ہے اور کسی کی آنکھوں میں آنکھیں ڈال کر
۲ منٹ کے اندر جبراً سلا دینا یہ اور بات ہے۔ یہی واقعہ میرے ساتھ
۱۹۶۲ء میں پیش آیا تھا۔ اور ایک ماہر علم تنویم نے مجھ پر جبراً تنویمی
عمل کر کے حیرت و مافی کماٹی لوٹ لی تھی۔

۱۹۶۲ء میں جبکہ میری مشہور کتاب "ترغیب الوطاہی" شائع ہوئی اور
علم جفر کے ایک عظیم قاعدہ مستعمل کی وضاحت پہلی بار لوگوں کی نظر سے گزری
تو ہر چار جانب سے مجھے تحسین و آفریں کے خطوط آنے لگ گئے۔ اور
پاکستان کے کونے کونے سے ایک ہی قسم کی آواز اٹھی کہ "اس قاعدہ کو اس
تدر آسان کر دیا جائے کہ ہر کہ و مر علم مستعمل کو آسانی سے سمجھ سکے" میں
نے ان درستوں کی خوشنودی کی خاطر پورے ایک سال کی دماغی کاوش اور
تعمق نظری کے بعد ۲۸ نقشے تیار کیے اور ان نقشوں کی موجودگی میں مستعمل جفر
بچوں کا کھیل بن سکے رہ گیا۔ ادھر اساس و نظیرہ کو دیکھا ادھر حرف مستعمل لیا
میرا مقصد اس عظیم علمی کاوش کو کتابی صورت میں پیش کرنا تھا۔ اسی اثنا

میں ایک خود غرض 'حریص اور بد بخت' بٹھا بیٹھ لیا آج اس نے اپنے آپ
کو مردان کا ایک مستحید، خاندان کا فز و بیان کیا۔ معمولی تعارف کے بعد اس نے
مجھ پر نظریں سکاڑ دیں اور میں آرام کر سکی پر نیند میں چلا گیا۔ اسی نیند میں
اُس نے مجھے کہا کہ علم جفر کا جو اصل سریا یہ تمہارے پاس ہے وہ میرے حوالے
کر دو۔ میں غزودگی کے عالم میں اس کے اس سخن کو سن رہا تھا اور اب تک
اس نالرد کے یہ الفاظ میرے سر کانوں میں گونج رہے ہیں۔

میں جب نیند سے بیدار ہوا تو اٹھ کر گھر چلا گیا۔ اور خدا جانے اس
کے الفاظ نے مجھ پر کیا جادو کر دیا تھا کہ میں نے بے ساختہ اٹھائیس نقشوں
کا مسودہ اٹھایا اور باہر آکر اس کے حوالے کر دیا۔

دربہرہ عالم تھا اسے کھانا پیش کیا اور آرام کرنے کیلئے میں بھی گھر آ گیا
۳-۴ بجے دوپہر جب میں باہر گیا تو وہ میری تمام علمی کمائی لوٹ کر ہاچکا
تھا۔ اور اس کے بعد مجھے آج تک نہیں ملا۔ اور نہ ہی میرے ذہن نے
دوبارہ ان نقشوں کو مرتب کرنے کی زحمت گوارا کی۔

دیکھنے کی بات یہ ہے کہ اس نے مجھے کوئی نشہ اور گولی نہیں دی تھی۔
مست میری آنکھوں میں آنکھیں ڈال کر ایک منٹ کیلئے مجھے گھور کر دیکھا تھا
اور میں بے ساختہ گہری نیند میں چلا گیا۔

یہ ارتکارِ لوحہ کا جزو تھا اور اس کی مقناطیسی قوت کا کمال تھا۔ اس نے
موجودہ قواعد میں پہنچاؤ کی کوئی تکنیک نہیں برتی تھی۔ کوئی مداریہ حرکات
نہیں کی تھیں۔ نیند۔ نیند۔ نیند کی بیہودہ دھڑ نہیں لگائی تھی۔ بلکہ

انتہائی متانت سے مجھے ایک بات میں الجھا کر میری آنکھوں میں آنکھیں ڈال کر ایک بار دیکھا ضرور تھا۔ یہ ارتکازِ توجہ کی انتہائی صورت تھی۔ اور میں نے ارتکازِ توجہ کے بہت سے مدارج کو عبور کیا ہے۔ اس لئے اپنے تجربات کی روشنی میں اس نچ کے قواعد لکھ رہا ہوں۔ تاکہ ہر فردِ متدبیر اپنی آنکھوں میں ایسی ہی برقی قوت پیدا کر سکے۔

سچی اور محنت مشروط ہے۔ تن آسان لوگوں کو دعوت ملی دینا ہی غلط بات ہے۔ کام ہمیشہ کرنے سے سرانجام ہوتے ہیں باتوں سے نہیں اور کام وہی سرانجام ہوتے ہیں جسے انتہائی دلچسپی سے کیا جائے۔

عملِ اتمام سے بہتر یہ ہے کہ عمل شروع ہی نہ کیا جائے۔

اپنی علمی کمائی کھو کر مجھے عملِ تزویم حاصل کرنے کی تمنا ہوئی اور اس کے بعد آج تک میں بیسیوں انسانوں پر اسی طرح کا عملِ تزویم کر چکا ہوں۔

انسانی ذہن ہزاروں خیالوں کی دلدل میں پھنسا ہوا ہے۔ تلازمِ خیالی کا یہ عالم ہے کہ اللہ کی نماز میں بھی بیسیوں خیال ابھرتے ہیں۔ اگر آپ اپنے ذہن کی پرگرد جھاڑ دیں اور متفرق الخیال ہونے کی بجائے ایک نکتہ پر اپنے خیال کو مرکوز کریں۔ تو آپ یقیناً مافوقِ ہستی بن جائیں۔ جب آپ کی توجہ تقسیم نہ ہو سکے۔ جب آپ کا خیال ایک نکتہ پر جم جائے تو آپ میں ہلاکی مقناطیست آجائے۔

توجہ کو یکسو کیسے اور ایک نکتہ پر لاسنے کیسے سب سے پہلا آپ کو سانس کی مشق کرنا لازم ہے۔ سانس کی مشقیں مختلف ہیں مگر ان سب

سے بہتر یہ ہے جس دم۔ آپ کوئی فرصت کا وقت تلاش کر کے شمال کی طرف منہ کر کے اس حالت میں بیٹھ جائیں کہ آپ کے بدن کو کوئی تکلیف محسوس نہ ہو۔ سیدھا لیٹیں۔ منہ بند کر دیں۔ آنکھیں بند کر کے ایک لمبا مگر آہستہ آہستہ سانس لیں۔ منہ کے ذریعہ نہیں بلکہ ناک کے ذریعہ۔ اور جب آپ کے پیچھے ہوا سے بھر جائیں تو سانس کو روک دیں۔ اس حد تک روکیں جتنا آپ آسانی سے روک سکتے ہیں۔ اور اس کے بعد آہستہ آہستہ سانس نکھنے سے باہر نکال دیں ایک دوا کی سیلے سکون لے لیں اور پھر اسی طرح جس دم کریں۔

یہ مشق ابتداء میں دس منٹ سے شروع کریں اور زیادہ سے زیادہ ایک گھنٹہ تک یہ مشق کیا کریں۔ اور کوشش یہ کریں کہ آپ زیادہ دیر تک سانس کو روک سکیں۔ زیادہ دیر تک مشق کرنے پر آپ کو جس دم میں وہ مزہ آئے گا کہ باہر نہ شاید آپ کا دل چاہے گا کہ سانس آئے ہی نہیں۔

جس دم کے بعد سے فوائد ہیں۔ دماغ روشن ہو جاتا ہے۔ بصارت تیز ہو جاتی ہے۔ اعصاب میں قوت آ جاتی ہے۔ حافظہ بڑھ جاتا ہے۔ دائمی نزلہ زکام رک جاتا ہے۔ پیچھے پڑنے کے اکثر امراض کا یہ ایک اعلیٰ ترین روحانی علاج ہے۔ قبض کھل جاتی ہے۔ بھوک بڑھ جاتی ہے۔ اور انسانی ذہن ایک نکتہ پر مرکوز ہونے کیلئے مستعد ہو جاتا ہے۔

صوفیاء کرام جس دم میں ذکرِ نفی و اثبات کرتے ہیں اور کہتے ہیں کہ ایسے بالکل جدا گنا بھی گزرتے ہیں جو جس دم کی حالت میں وہ دوسو بار لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ کا ورد کیا کرتے تھے۔ ۲۰ ماہ کی مسلسل کوشش اور مشق کے بعد میں ۱۳

ہو تو بہتر ہے۔ مردی ہو تو لحاف اوڑھ لیں۔ گرسی ہو تو پس پشت سہلی سا
پکھا لگا دیں مگر پکھا اتنا تیز نہ ہو کہ شمع بجھ جائے۔ کسی قسم کا اندیشہ
نہ ہو۔ کوئی فکر نہ ہو۔ کہیں باہر جانے کی بھلت نہ ہو۔ کسی مہربان کا انتظار نہ ہو۔
غرضیکہ سب اندیشے دور کر کے کمرہ میں تسلی سے بیٹھ جائیے۔ جس پوزیشن
میں آسانی محسوس ہو اسی پوزیشن میں بیٹھ جائیے۔

ایک شمع یا موم جی جلا لیں (موم جی سب سے بہتر ہے) اپنی آنکھوں کے
براہ راست پانی پر رکھ دیں۔ اور اس مقام کا اندازہ پہلے سے کر لیا گیا ہو۔ شمع
ایسا سے زیادہ سے زیادہ چار فٹ دور ہو۔ ایسا ذہن سے سب خیالات کو یکدم
سُکاو کر دیں۔ بالکل خالی الذہن ہو جائیں۔ ہر قسم کے تفکرات سے دور اور خیالات
سے دور۔

ایک دوبارہ جس دم کر کے موم جی کی لوج پر آنکھیں گاڑ دیں۔ آنکھیں ٹھنکتی
ہیں تو تھکنے دیں۔ ناک سے پانی بہتا ہے تو بہنے دیں۔ آنکھوں میں جھپین ہوتی
ہے تو ہونے دیں مگر تو سے آنکھیں ہرگز نہ ہٹیں۔ آنکھیں ہرگز نہ جھپکیں۔
بس موم جی کی لو پر آنکھیں جمی رہیں۔ آپ کا خیال موم جی کی طرف ہو۔ آپ کو
اس شعاع کے سوا اور کسی بات کا دھم و خیال تک نہ ہو۔ جس قدر آسانی سے
مشق جاری رکھ سکیں جاری رکھ کر یکدم آنکھیں بند کر دیں۔ ۵ منٹ آنکھیں
بند کر کے کمول دیں۔ موم جی کو سمجھا کر باہر آ جائیں۔ سر پانی سے آنکھوں کو
پھینٹے ماریں اور غلامشی سے بستر پر لیٹ جائیں۔ اور سو جائیں۔ یہ مشق
اس وقت کریں جبکہ آپ رات کے تمام کاموں سے فارغ ہو چکے ہوں۔

منٹ تک جس دم کرنے لگ گیا تھا۔ مشق چھوڑنے کے بعد گو وہ بات نہیں رہی
مگر اب بھی ۵ منٹ تک سانس روکنا بالکل معمولی سی بات ہے۔ سانس کی اس
مشق کے بعد توجہ کو ایک نکتہ پر سمیٹنے کیلئے یوگیوں اور صوفیائے کرام نے بہت سی
سی ریاضتیں ایجاد کیں۔ ان سب کا مقصد ہر ایک ہی ہے کہ تلامذہ خیال
کا سلسلہ ٹوٹ جائے اور انسانی ذہن ایک نکتہ پر جم جائے۔

جب انسان وں پوائنٹ پر ہو جائے تو اس کی قوت بصارت اور تخیل کو انسان
تو انسان حیوان بھی براشت نہ کر سکیں۔

ذہن کو نماز میں غرق کر دیا جائے تو نماز نماز ہو جائے اور عبادت عبادت
کہلائے۔ کیسوی کے بغیر بھی کوئی نماز ہے کہ ذہن ہزاروں خیالوں میں الجھا ہوا
ہے اور زبان طوطے کی طرح نماز رہی ہے۔

میں نے اس مشق کے بعد اکثر نمازیں اس طرح پڑھی ہیں کہ پوری نماز
بند آنکھوں کے سامنے لکھی ہوئی نظر آتی ہے۔ اور میں انتہائی فلوں سے اسے
پڑھتا ہوں۔ بس یہ ہے کہ انسان کے ایک نکتہ پر مرکوز ہونے کا اثر۔

اوتکا زوجہ کی بہت سی مشقیں ہیں۔ مگر سب سے اہم اور نہایت مفید
مشق ہے شمع بینی اشریعت کے نقطہ نگاہ سے میں نہیں کہہ سکتا کہ علماء
کرام شمع بینی کو کفر کہیں گے یا شرک!۔ مگر ذہن کو وں پوائنٹ کرنے کے لئے
اس سے بہتر مشق اور نہ کوئی ہے اور نہ ہی ہوگی۔

فرصت کا وقت تلاش کر کے کسی ایسے کمرے میں چلے جائیے جہاں کسی
قسم کا شور نہ ہو۔ کسی کے آنے کا کھٹکانہ ہو۔ کمرہ بند کر دیں۔ وقت رات کا ہو

ہوں۔ اور اس مشق کے بعد آپ کو فوراً ہی سہ جانا ہو۔

پہلے یوم کی مشق کے بعد آپ کو موم جی کی دسے محبت ہو جائے گی۔ تلام
خیال کا سلسلہ ٹوٹ جائے گا۔ اور کافی دیر تک موم جی کی ٹوسے آنکھیں لڑائے
کے باوجود آپ کے سر میں درد نہ ہوگا۔ آنکھوں میں چھین نہ ہوگی۔ ناک سے
پانی نہ بہے گا۔ آپ کو موم جی کی ٹو میں عجیب و غریب مشاہدات ہوں گے۔ کبھی
جانور نظر آئیں گے۔ غلام سر ایک شیر چیت دونوں کے بعد نظر آیا کرتا ہے۔
اس کے علاوہ موم جی کے جتنے بونے دھانگے میں بھی ایک خوبصورت صورت
نظر آیا کرتی ہے۔ اور ایک نئی دلی صحرا۔ فرضیکہ اسی قسم کے مناظر ہیں
ٹو میں دکھائی دیتے ہیں۔ اس قسم کے نظاروں میں میکر اپنے تصور کا کوئی
دلیل نہ ہوتا بلکہ جو کچھ بھی نظر آیا یا تو قدرتی طور پر نظر آیا یا میرے لاشعور کی تر
میں چھپی ہوئی کسی بات کا عکس تھا۔

شعور جی کی مشق کم از کم دو ماہ تک جاری رکھنا ضروری ہے۔ اس مشق
کے مکمل ہونے کی دلیل یہ ہے کہ آپ نام منٹ تک شعور کی ٹوسے آنکھیں لڑائے
آسانی سے دیکھ سکیں۔ اس مشق کی تکمیل کا واضح ثبوت یہ بھی ہے کہ اگر آپ
کسی سوئے ہوئے کتے یا بلی کو غور سے ٹکسکی بانہ کر دیکھیں تو وہ ہڑبڑا کر اٹھ
بیٹھے بلکہ بھاگ جائے یا آگے جاتے ہوئے کسی شخص کے پس گردن آنکھیں گاڑ
دیں تو وہ شخص پیچھے موڑ کر دیکھنے پر مجبور ہو جائے۔

اس مشق کے بعد میں نے مختلف تجربات کئے جن کے نتائج ہمیشہ
خدمت ہیں۔

ایک بار ایک ٹکسکی بانہ کر دیکھ کر وہ فوراً ہی سہ جانا ہو گیا۔
جائے گی۔ ایک آنکھ منٹ میں ہی چھین لگتی ہے۔ اور دوسری آنکھ
بے حس و حرکت رہی رہی۔ اس کے بعد کتے بہت نہیں زندہ رہی یا مر گئی
بہر حال منفلوج ہو کر رہ گئی۔

۲۔ ایک نوٹس کے گرد گول دائرہ ڈال دیا اور ٹکسکی بانہ سے کہہ دیا کہ یہ
کیڑا اس دائرہ سے باہر جاسکتا ہی نہیں۔ چار پانچ منٹ تک کیڑا
اس دائرہ کے اندر دوڑتا رہا مگر باہر نہ نکلا۔

۳۔ میں نے ایک بکری پر نظریں گاڑ دیں۔ کھلی میں مڑتی ہوئی بکری یکدم
اٹنے قدموں واپس لوٹی اور دوسری طرف چل دی۔

۴۔ ایک سوئے ہوئے کتے پر ٹکسکی بانہ کر دیکھا کہ کیا تو یکدم جاگ پڑا اور
بھونکتا ہوا بھاگ کھڑا ہوا۔ اٹھ جائے اس پر کیا گزرتی۔

۵۔ بیسیوں آدمیوں کی گردن کے پہروں پر ٹکسکی بانہ کر دیکھا تو وہ
بے ساختہ مجھے ڈر کر دیکھنے پر مجبور ہو گئے۔

۶۔ چند آدمیوں کی آنکھوں میں آنکھیں ڈال کر دل میں ارادہ کیا کہ یہ شخص
فوراً ہی زمین میں چلا جائے گا۔ اور ۲ منٹ کے اندر ہی اندر
اس پر بے ساختہ نیند کے آثار طاری ہو گئے اور وہ سو گیا۔

عمل تدویم سے کن کن امراض اور نفسیاتی عوارضات کا علاج ہو سکتا
ہے اور کس طرح؟ اس کا بیان کیسے آپ میری کتاب میں
”ہیپناٹزم کا مکمل نصاب“ ملک سراج الدینی اینڈ سنز تاج پور

تجسیری بازدار لاہور سے طلب فرمائیں۔

مجھے ابھی ارتکازِ توجہ کے اس موضوع پر فقط اتنا ہی بتانا ہے کہ توجہ ایک نکتہ پر مرکوز ہونا تعجب خیز نتائج لاتا ہے۔ شمع بینی کی دو قسمیں ہیں ایک ظاہری اور دوسری باطنی۔

ظاہری شمع بینی کا ذکر تو ہو چکا۔ باطنی شمع بینی یہ ہے کہ آنکھیں بند کر کے صورت کے عالم میں اپنے دل پر شمع جلا لیں۔ ہو بہو شمع۔ اسی طرح تو۔ اسی طرح روشنی جھللا ہٹ۔ کوشش اور تواتر مشق سے اس تصور میں اتنی بختگی پیدا کریں کہ اگر آپ متواتر آدھ گھنٹہ تک یہ تصور کریں تو تصور میں شکستگی نہ ہو اور تصور بالکل برقرار رہے۔ جب یہ عالم ہو جائے تو سمجھ لیجئے آپ کی باطنی آنکھ بیدار ہو چکی ہے۔ اس باطنی آنکھ سے آپ دور بیٹھے ہوئے رشتہ داروں کو اصل حالت میں دیکھ سکتے ہیں۔

لوگوں کے ضمیروں سے واقف ہو سکتے ہیں۔

آنے والے واقعات کا قبل از وقت پتہ چل سکتا ہے۔

ہر سوال کا صحیح جواب آپ آنکھیں بند کر کے دے سکتے ہیں۔ گویا

پ پر القائے غیبی ہوگا۔ اور جو بالکل درست ہوگا۔ میں مدیم الفرصت

ہونے کے باعث اس باطنی مشق کو پایہ تکمیل تک اگرچہ نہیں پہنچا مگر اصدوری سی

مشق میں بھی تعجب خیز باتوں کا انکشاف ہوتا ہے اور جہاں تک میری ریسرچ

متعلق ہے براہِ انکشافات سو فیصدی درست ہوتے ہیں۔ گو انکشاف حال ہو جاتا ہے اور

آپ اس تصور کے ساتھ ساتھ اسم جلالہ اللہ کا ورد بھی کریں تو شمع کا یہ نور سارے جسم میں

عملِ تسخیرِ روحِ خود

یہ عمل دنیا میں پہلی بار حضرت طباطبائیؒ نے لایا جاتا ہے

مکرم بھائی لیاقت صاحب نے از راہ عنایت ایک فارسی قلمی کتاب مجھے بھیجی۔ یہ کتاب جفری عملیات کا ایک صحیفہ ہے اور اس میں شک نہیں کہ اس کتاب کا ہر عمل ایک ٹھوس حیثیت رکھتا ہے مگر وقت کی قلت اور مصروفیت وجہ سے میں اس کتاب سے کما حقہ فائدہ نہ اٹھا سکا۔ البتہ اس قلیل فرصت میں اس کتاب سے صفحہ ۲-۳ عمل لکھے اور سچ کہوں تو میں نے کتاب کی روح نکال لی ہے۔ اس کتاب میں جوڑی کا عمل اور آسان ترین عمل ہے "تسخیر روح خود" یعنی اپنی روح کو مسخر کرنا۔

صاحب کتاب کہتا ہے کہ تسخیرِ روح خود میں انسان کٹلف کا بادشاہ بن جاتا ہے اور دنیا ایک کھلی ہوئی کتاب کی طرح اس کے سامنے ہوتی ہے ہر آنے والے واقعہ کو وہ الہامی طور پر قبل از وقت سمجھ سکتا ہے۔ ہر شخص کی قلبی کیفیات کا اندازہ بالکل اسی طرح سے کر سکتا ہے جیسے یہ حالات اس کے اپنے آپ پر وارد ہوں۔

ہر شخص کے ذہن میں چھپی ہوئی بات کو سمجھ سکتا ہے۔ رموزِ رازوں کا انکشاف کر سکتا ہے۔ ہر شخص کے متعلق بتا دیتا ہے کہ یہ کون ہے؟ کہاں

ہے آیا ہے۔ کیا کرنا چاہتا ہے؟ اسے کیا کیا تکلیف ہے؟ اس کی ہولناکی
ہوگی؟ گویا انسان صاحب کشف ہو جائے گا۔ اور حیرت انگیز واقعات اس سے
سے ظہور پذیر ہوں گے۔

طبابت پیشہ لوگوں کے واسطے بھی یہ عمل بے مفید ہے کیونکہ اس کا عملی
عامل بننا سکتا ہے کہ آنے والے مریض کو کیا مرض ہے۔ اسے کونسی دوا آرام
دے سکتی ہے۔

اتنے عظیم عمل کو صاحب کتاب نے جس رمز اور کنایہ سے لکھا ہے کہ عام
 آدمی کی سمجھ میں بالکل نہیں آسکتا۔ میسر ہی قربانی مندراتی ہے کہ میں نے
اس رموز عمل کو انتہائی آسان طریقہ پر عمل کر کے آپ کے سامنے پیش کیا
دیا ہے۔ آپ اس عمل سے فائدہ اٹھائیں اور میسر حق میں دعا کریں کہ ایسے
عملیات آسانی سے ہر شخص نہیں دے سکتا۔ اسے عمل کرنا اور آسان کر کے
لکھنا بھی تو بہت بڑی قربانی ہے۔

صاحب کتاب نے اس عمل کی تعریف میں زمین و آسمان کے قلابے ملا
دیئے ہیں۔ لکھا ہے کہ اس عمل کا عامل ہر چیز کے حقائق کا واقف ہو جاتا ہے
کشفِ قلوب، کشفِ قبور اور کشفِ حقائق حاصل ہوتا ہے۔

آئیے اس عمل کی تشریح سنیں۔

صاحب کتاب کہتا ہے کہ اپنے نام کی تکبیر کریں ۹ بطن تک۔ اور اس
کی مثال تک نہیں دی۔ اسی بات کو سمجھانے کی میں کوشش کر رہا ہوں۔ اگر
آپ نے بات سمجھ لی تو آپ کیسے یہ عمل انتہائی آسان ہو جائے گا۔ میں

اپنی پوری کوشش سے اس عمل کو آسان کرنے کی کوشش کر رہا ہوں۔ خدا کرے
کہ آپ سمجھ جائیں۔

۹ بطن تک تکبیر کر کے اس کے تمام اعداد جمع کریں اور اس کے مجموعہ اعداد
سے مثلث تیار کریں۔ مگر مثلث لوح زر پر کرنا ضروری ہے۔ اب نام کے
حروف ابجدی بنا کر انہیں ملفوظی کریں۔ ان ملفوظی اعداد سے مثلث تیار کیجیے۔
اور ان اعداد کے مطابق اسمائے خداوند متعال سے اسمائے اعظم حاصل کریں۔
یہ دو قسم کے اعداد اگر آپ نے حاصل کر لئے تو عمل آپ ضرور کر لیں گے
اب میں اسم پاک، ”محمد“ کی تشریح کرتا ہوں۔ اسی مثال کو سامنے رکھ کر
آپ اپنے نام کی تکبیر کریں۔ اسم محمد کے حروف الگ الگ لکھیں۔

م ح م د اداد ۹۲

بطن اول میم ح میم دال اداد ۲۲۴

میسر بطن	حرف اول	باقی	حروف ملفوظی	ادداد
۹۲	حرف اول کے ۳۰ درجے	۱۹۴	تانی صوال	۳۱۱
۳۱۱	حرف اول کے ۶۰ درجے	۲۱۱	تانی الف	۳۲۳
۳۲۳	حرف اول کے ۹۰ درجے	۱۲۳	تانی کاف	۳۳۵
۳۳۵	حرف اول کے ۱۰۰ درجے	۲۲۵	تانی لام	۴۴۸
۲۲۸	حرف اول کے ۲۰ درجے	۷۸	تانی ح	۱۳۹
۱۳۹	حرف اول کے ۵۰ درجے	۶۹	تانی ع	۱۳۰
۱۳۰	حرف اول کے ۸۰ درجے	۷۰	تانی یں	۱۳۰
۱۳۰	حرف اول کے ۹۰ درجے	۶۰	تانی سین	۱۳۰

۹ بطن کے کل اعداد ۱۹۶۲ ہیں۔ آپ نے ان اعداد سے منقش پڑھ سکتے ہیں۔

اپنے نام کے حروف پر غور کریں کہ ان میں زیادہ حروف کس عنصر کے ہیں اسی عنصر کے حروف زیادہ ہوں اسی عنصر کی مثلث پڑھیں۔ مگر سوچنے کا ایک نسخہ باریک سا پترو بنوا کر اس پر نقش کنندہ کرنا ہے۔ کنندہ کرانے کی سادگی نیک ہو۔ جتنی دیکھ کر کسی مناسب نیک وقت میں یہ نقش سوچنے کے پترو پر کندہ کرائیں۔ میسری ذاتی رائے یہ ہے کہ اگر سوچنے کے پترو پر کندہ نہ سکیں تو سنہری کا ند پر سرخ روشنائی سے نقش لکھنا ہی کافی ہوگا۔ آجکل سونا حاصل کرنا ہر کسی کا کام نہیں ہے۔

۱. دوسری قسم کے اعداد اس طرح سے حاصل کریں۔

سادہ عبادت لکھیں روح ۴ ج ۴ م ۴

ان کو ملحوظ کریں -

۲۰	۱۲	۹۰	۹۰	۸۰	۹۰	۴۵
۲۰	۱۲	۹۰	۹۰	۸۰	۹۰	۴۵

میزان ۴۴۶

ان حاصل اعداد سے خداوند تعالیٰ کے اسمائے اعظم میں سے ایک

اسما کا انتخاب کریں جن کے اعداد اس کے برابر ہوں۔

اس کے بعد عزیمت تیار کریں۔

۵ بسم اللہ الرحمن الرحیم۔ سحر لے روحی باسما بحق اسمائے خداوندی

اجیب یا رب ہذا مرادی یا ایہا الروح الروح (نام طالب) یا انصیب الروح

الروح (نام طالب) بانصب المعنی بحق اسماء اللہ العظام یا اللہ یا اللہ یا اللہ

ترکیب عمل

نقش مثلث لکھ کر اس کے گرد اگر اس عزیمت کو کندہ کریں۔ اور کسی وقت دن میں فراغت کی گھڑی یا گر نقش کی لوح کو سامنے رکھ کر ۵ منٹ تک اس عزیمت کی تلاوت کریں۔ آنکھیں بند ہوں اور دل میں یہ تصور ہو کہ میری روح مجھے سامنے حاضر ہے۔

۵ منٹ اسی طرح ورد کرنے کے بعد اسمائے خداوند جو مذکور سے استخراج ہوئے ہیں۔ ان کا بطریق مذکور سببی ورد کریں۔

ایک ضرب دایں ران پر ایک فیسر بائیں ران پر اور ایک فیسر دل پر لگائیں۔ یہ ورد بھی ۵ منٹ تک کریں۔ ۴۰ دن اسی طرح عمل کریں۔

۱. انشاء اللہ چالیس دنوں میں اپنی روح قابو میں آجائے گی اور دست بستہ آپ کے سامنے کھڑی ہوگی۔ پس اس وقت عمل اپنے قابو میں سمجھیں۔

اس عمل کے مائل اور کتاب کے مصنف جناب سید علی صوفی حکیم رضوی صاحب

نے لکھا ہے کہ میں نے اس عمل کو کیا ہے اور بالکل صحیح عمل پایا ہے۔ اس

عمل کے دوران مضطر طہارت بدنی کی ضرورت ہے۔ اور کسی جلالی یا جالی پرہیز

کی ضرورت نہیں ہے۔ نماز پانچوں وقت لازمی ہے۔ کسی حصار باندھنے

کی بھی ضرورت نہیں البتہ وقت مقرر ہو اور جس دن یہ عمل شروع کریں اس

وقت کے آگے پیچھے کا وقت نہ ہو۔

صاحب عمل نے یہاں تک لکھا ہے کہ یہ عمل رات کو بستر پر بھی کر

سکتے ہیں مگر عمل کے دوران یکسوئی ضروری ہے۔ میں نے اس عمل کی لوح

مکمل کر لی ہے مگر کل کے حصہ میں کس قدر کر لیا ہے مگر کسی کا پتہ دوس ہے۔ ۱۶
موجودہ دور میں مسجد کے قریب خفوں و خشنوع اور یکسوئی کسی صورت میں حاصل نہیں
ہو سکتی ایکسوئی حاصل کرنے کیلئے آپ کو اپنا گھر مسجد سے ذرا دور بنانا چاہیئے
کلے کی ریاضت کرنے والے اور موسیقی کی مختلف دھنوں پر اسلام کا راگ الاپنے
والے اس قدر پیدا ہو چکے ہیں کہ پیاری سچی کو نماز کی بجائے صرف دلنشیں
اور مترنم نعتوں کیلئے ہی منتخب کر لیا گیا ہے۔

۱۷ خدا را بخجے مسجدوں سے بچاؤ

اگر مسجد قریب نہ ہوتی تو میں یکسوئی کی اس منزل پر ہوتا کہ وہ دیکھتا
اللہ ہی اللہ کھانظر آتا۔

مگر خدا بھلا کرے "نانا دھیم دھیم تانا تانا" کے الاپ پر اسلام کو
پخانے والوں کا جھنڈا لہانے اس طعنے کو ہی نہیں دیا۔

۱۸ بھری بزم میں راز کی بات کہہ دی

بڑا سیلہ ادب ہوں سنا چاہتا ہوں

از نگار توحید

فقیر کا منصب اور ہے عالم کا منصب اور ہے۔ یہ دونوں قسم کے افراد
اسلام کیلئے ستون کا کام دیتے ہیں۔ عالموں اور فقیروں نے تبلیغ اسلام
میں بڑا نمایاں حصہ لیا ہے۔ مگر ان ہر دو میں سے اعلیٰ منصب فقیر کا ہے
فقیر بعض اوقات وہ کام بھی کر سکتا ہے جو عالم کی بساط میں نہیں ہوتا۔
چپکے چپکے اور منہ پر اشاروں اشاروں میں ہی دلوں اور ضمیروں کا رخ موڑ
دینا بہ مرض فقیروں کا کام ہے۔ اس میں بے چارہ عالم بے بس ہے۔

میرا تعلق ان ہر دو قسم کے افراد سے ہے۔ عالموں کی بھی قدر کرتا ہوں
اور فقیروں سے بھی محبت۔ اور حق یہ ہے کہ میں چونکہ خود فقیر ہوں فقیری
کی گود میں پلا ہوں اس لئے یہ گودریوں میں لعل مجھے بہت ہی زیادہ عزیز ہیں۔
ایک دن میں پھر پاس ایک عالم تشریف لائے۔ باتوں باتوں میں ان سے
سے ملیات کا تذکرہ چھڑا۔ اور میں ان سے کسی اچھے سے عمل کی گزارش کر

پہلے تین گھنٹے تک تو انہوں نے عمل کی تعریف میں زمین و آسمان کے قلابے ملائیے۔
فرمایا کہ اس عمل کا حامل دور بیٹھے ہوئے شخص کو دیکھ سکتا ہے۔ اسے اپنا
پیغام پہنچا سکتا ہے۔ اور اس کے دل پر یہ پیغام انکار کی صورت میں نازل
ہوتا ہے۔

جب میسر اشتیاق بڑا تو اس عمل کے انحصار کیسے مجھ سے قرآن پاک پر
قسم لی۔ اور جب عمل بتایا تو اس کی طوالت سے میرے تو چھکے چھوڑے گئے۔
اتنا لمبا عمل کہ اکیس دن تک بند مکان سے باہر نکلا ہی نہ جاسکے۔ اور صبح
سے شام تک اسی ہزار کی تعداد میں روزانہ ورد کیا جائے۔ اگر اس دوران میں
کسی سے بات بھی کی جاتی تھی تو سارے کے سارے عمل کا ستیا ناس ہو گا۔
گویا عمل پوچھ کر اور قسم اٹھا کر میں نے سخت غلطی کی۔ بھائی پرچہ پوچھنے
تو ایسے عمل ہمارے امکان سے باہر ہیں۔ اگر ہم ۲ دن تک کھل کھل کر نہ
منیں اور دوستوں کی بزم میں نہ بیٹھیں تو پاگل ہو جائیں۔

مزدور لوگوں کو ایسے مہلبات سے کیا واسطہ؟ بال بچے بھوک سے مر رہے
ہوں اور کمانے والا عمل کی پھانسی پر لٹکا ہوا ہو۔ ایسے عمل فارغ البال انسان
کے لئے ہیں۔ جسکے پاس کھانے کو بہت کچھ ہو۔ اور اگر مہینہ بھر وہ بالکل ہی
بیکار رہیں۔ یا کسی عمل سے چسپاں ہو جائیں تو ان کے معاشی حالات میں
بکران پیدا نہ ہو۔ میں نے خواہ مخواہ عالم صاحب کے سامنے قرآن مجید پر
قسم لکھ کر دے دی۔ جس کی مجھے اب تک روحانی کو فتنہ ہے۔ میرا باپ دادا
معاہوں نا اسب کے سبب بڑے مرتبے کے فقیر ہو گزرے ہیں۔ جو
دنیاوی کاموں کو بھی سرانجام دینے سے تھکے اور نماز کے بعد تھوڑا سا وقت
سب کو کے راستوں پر گھومنا جو کہ مشرق و غربت کے وارث و مالک تھے۔

میں نے ان کے ملفوظات سے اسی قسم کے عمل کی مکمل منتقلی کر رکھی تھی۔
اور میں نے کمال درجہ فائدہ بھی اٹھایا تھا۔ میں نے دو بار بیٹھے

دوستوں اور عزیزوں کو ان کی اصلی حالت میں کئی بار دیکھا تھا۔ حالانکہ میں
کبھی چلنے کی قبر میں داخل نہیں ہوا۔ میں ایک ڈاکٹر ہوں اور لوگوں کے اندام
میں دن رات گھرا رہتا ہوں۔ مجھ جیسے مصروف آدمی کو اتنی فرصت ہی کہاں
ہے کہ ایک دن کیسے بھی لوگوں کی نظروں سے اوجھل ہو جاؤں۔

اس قسم کا فقیری عمل صرف اتنا ہے کہ پہلے اپنے اندر یکسوئی پیدا کریں
خواہ شمع بینی سے بتور بینی سے یا اسم ہلا لا اللہ کے نقش سے۔

یہ آپ کی مرضی ہے۔ آپ جس امر میں سہولت محسوس کریں اسی طریق
سے یکسوئی حاصل کریں۔ اس عمل کا تعلق یکسوئی سے ہے۔ البتہ اگر پاس
انفاس یا نفی اثبات کی ریاضت کی جائے تو یکسوئی کے ساتھ ساتھ عبادت بھی
ہوگی۔ اس عمل کا دوسرا مرحلہ ہے بدن کو ڈھیلہ کرنا۔

اس کی ترکیب یہ ہے کہ آرام کرسی پر بیٹھ جائیں۔ پاؤں پھیلا دیں، ہاتھوں
کو اس انداز میں رکھیں کہ آپ کو کوئی تکلیف محسوس نہ ہو۔ بدن پر چست کپڑے
بعض اوقات یکسوئی حاصل کرنے میں مانع ہوتے ہیں۔ اس لئے ڈھیلے ڈھالے
کپڑے پہن لیں۔ اگر کسی عضو پر کپڑا بدن کو چبھ رہا ہو تو اس چھین کو نکال دیں
پورے انہماک سے اور پوری تسلی سے کرسی پر بیٹھ جائیں۔ سر کرسی کی پشت
سے لگا دیں۔ آنکھیں بند کر دیں۔ دماغ سے سب خیالات کو دور کر کے
یکسوئی حاصل کریں۔ اور بہتر یہ ہے کہ آپ نے جس چیز کا تصور کر کے
یکسوئی حاصل کی ہو اسی چیز کا تصور دماغ میں لائیں۔ تاکہ خیالات منتشر
نہ ہو جائیں۔ تمام بدن کو بے جان سمجھ لیں اور لا شعور کو کہیں کہ میرے پاؤں

سُن ہو رہے ہیں بالکل بے جان، قطعی سن۔ میں ان کو حرکت بھی نہیں دے سکتا۔ ان میں اب جان تک نہیں رہی۔

اب میرا سارا بدن سُن ہو رہا ہے، بالکل سُن، اب تک سُن میں، انقباض نہیں ہیں۔ منہ میرا شعور کام کر رہا ہے۔ باقی بدن سُن ہو چکا ہے۔

اگر آپ یکسوئی کے عالم میں ہیں تو واقعی آپ کا بدن سن ہو جائے گا۔ اور اگر آپ ارادہ بھی کرینگے تو اپنے پاؤں اور ہاتھوں کو حرکت نہ دے سکیں گے۔ اسی عالم میں جس شخص کو ٹیلیو ویژن کی سکرین پر دیکھنا مقصود ہو لا شعور کو حکم دیں کہ اس شخص کی تصویر کو اچھا کرے۔ تصویر سی تخت کے بعد آپ کا لا شعور آپ کے حکم کی مطابقت کرے گا۔ اور اس شخص کی تصویر آپ دیکھ سکیں گے اور وہ جس حالت میں ہو گا اور جو بھی کام کر رہا ہو گا آپ بعینہ اسی حالت میں اس کو دیکھ سکیں گے۔ اب جو پیغام اسے پہنچانا مقصود ہو اس کی تصویر سے مخاطب ہو کر اسے کہیں اور پورے اعتماد سے یہ پیغام دہرائیں۔ آپ کے خیال کی ہر سیر سینکڑوں بلکہ ہزاروں میل دور پہنچے ہوئے انسان کے دماغ پر اپنا اثر دکھائیں گی۔ اور آپ کے پورے الفاظ اس کے دماغ سے ٹکرائیں گے۔ وہ شعور کے کانوں سے آپ کی سب باتیں سنے گا۔ اسے محسوس ہو گا کہ فلاں شخص یہ بات کہہ رہا ہے۔

یہ ہے نقییری عمل جس میں نہ کسی پہلے کی ضرورت نہ کسی قسم کا جلائی اور جمال پرہیز۔ نہ ہینگ گے نہ پھٹکری اور رنگ بھی گودھا آئے۔

میں نے اس قسم کے کئی تجربات کئے ہیں اور بالکل درست پایے

میں۔ ہم شہروں میں بسنے والے لوگ ہزاروں اخراجات کا بوجھ ہمارے سر پر ہے اور اس گرانی کے زمانہ میں تو بات بھی پیسوں سے ہوتی ہے چنانچہ میں نے معاشی پریشانیوں سے گچھرا کر اسی ماہ نومبر ۱۹۷۱ء میں ایک جاگیردار کو اپنا روحانی پیغام ۳ بار پہنچایا۔

چونکہ ان لوگوں کو مجھ سے تعبدیت ہے اور مجھ سے پوچھے بغیر لوگ کھانا بھی نہیں کھاتے۔ اس لیے میسر پیغام پر وہ چونک پڑا۔ اور متواتر ۳ پیغامات ۳ دن تک اسے پیچھے سے یہ نتیجہ نکلا کہ میں نے جو کچھ مانگا تھا وہ مجھے بطور نذرانہ بصدق دل پہنچ دیا گیا۔

علم الخواب اور ارتکاز توجہ

ہر شخص پر ۳ قسم کی حالت طاری ہو کرتی ہے یا جاگتا ہے یا کچھ نیند میں
ہوتا ہے یا گہری نیند میں ڈوب جاتا ہے۔ ان ۳ حالتوں کی پھر ۳-۳ قسمیں ہیں
عام لوگ صفت ان ۳ ہی حالتوں میں رہتے ہیں، بیداری، خواب اور گہری نیند
مگر آپ کو تعجب ہو گا کہ کامل لوگ ۹ حالتوں میں رہتے ہیں۔ اور شاید آپ ان ۹
قسم کی بات پہلی بار سنی ہوگی کہ کامل اور اکمل لوگ ۹ حالتوں میں رہتے ہیں
ان کی زندگی دہری زندگی کہلاتی ہے۔ وہ سمجھتے ہوئے بھی جاگتے رہتے ہیں۔
اور نیند کی حالت میں اپنے مرے ہوئے عزیزوں سے بھی ملاقات کر سکتے
ہیں۔ ان کو موت کا کوئی خوف نہیں ہوتا۔ میں بیداری کی تین قسموں کو پھر ذکر
رہا اب اور گہری نیند پر بحث کر رہا ہوں۔ جیسے کہ خواب اور بیداری کو
لمبائے دین نے ۶ قسموں میں یوں تقسیم کیا ہے۔

۱۔ خواب میں بیداری

۲۔ خواب میں خواب

۳۔ خواب میں گہری نیند

۴۔ گہری نیند میں بیداری

۵۔ گہری نیند میں خواب

۶۔ گہری نیند میں گہری نیند

ان امور کی مزید تشریح یوں ہوگی کہ دراصل یہ ساری باتیں "ارتکاز توجہ" اور
خود توجہ سے تعلق رکھتی ہیں۔ اگر آپ کی توجہ مرکز سے نہ ہوتی۔ تو آپ نہایت
آسانی سے خود توجہ کی ان چھ حالتوں سے گزر سکیں گے۔

ماہر ہیناٹسٹ ان چھ حالتوں سے گزر سکتا ہے۔ اور ان ٹیب و غریب
حالتوں سے فائدہ بھی حاصل کر سکتا ہے۔ یہ سب باتیں اصولی طور پر بالکل صحیح
اور بالکل درست ہیں۔ اگر موجودہ دور میں ہیناٹسٹ ان باتوں کو سائنس قرار
دیتی ہے مگر اسی قسم کی ہزاروں سائنسی اسلا کی گو میں پل کر جوان ہوتی ہیں۔
مسلمانوں کیسے خود توجہ اور ارتکاز توجہ کی سائنس کو نئی بات نہیں ہے۔ بلکہ
مسلمانوں کی بات ہے۔ ایسا آئیے اور ان امور کی تشریح کیجئے۔

خواب میں بیداری

اس بات کو بیداری کی روشن فہمیری کہوں تو بجا ہو گا۔ اس حالت میں
ایسا بیداری کی طرح ڈرامہ کا مشعر ادا کر رہی نہیں ہوتا بلکہ تماشائی بھی ہوتا
ہے۔ اور وہ ڈرامے کے بعض حصوں کو اپنی منشا کے مطابق تبدیل بھی کر سکتا
ہے۔ لیکن ایسی حالت میں فائدہ کی بجائے وہ اس عالم کی روشن ضمیری
سے محروم ہو جاتا ہے۔

اس کے جسم لطیف کے ساتھ جو کچھ گزرتا ہے اس کی اس کو چنداں بردہ
نہیں ہوتی۔ کیونکہ اسے پورا یقین ہوتا ہے کہ چند منٹوں میں وہ اپنے
مادی جسم میں واپس چلا جائے گا۔ اسی حالت کو فطری خواب بھی کہتے ہیں

خواب میں بیداری کا طریقہ

سونے سے پہلے ہر قسم کے پریشان خیالات کو ذہن سے ہٹا دیجئے۔
ایسے مقام پر آرام کیجئے جہاں کسی قسم کے تشدد و غل کا اندیشہ نہ ہو۔ طبیعت
میں سکون ہو۔ نیند جب آنکھوں میں آجائے تو اپنے ذہن کو بیدار کیجئے۔
اپنی حیثیات کو جھنجھوڑ کر کہہ دیجئے کہ بھاگئے، اپنی ۹۵ فیصدی تو بے نیند کیلئے
چھوڑ دیجئے۔ اور ۵ فیصدی کو بطور تماشا شای ہو شمار رکھیے۔

متواتر مشق کے بعد یہ حالت آپ اپنے اوپر طاری کر سکتے ہیں۔ ایک
دن یا ایک ہفتہ ایسے عظیم امور کے لئے ناکافی ہوتے ہیں۔ بیدار حیثیات لوگ
بہت ہی جلد کامیاب ہو سکتے ہیں۔ بشرطیکہ توجہ کو قائم رکھیں۔ اگر خیالات
کا دھارا پھوٹ پڑا تو سب محنت اکارت جائے گی اور آپ مقصد کو نہیں پا
سکیں گے۔

میں نے یہ الفاظ شاید آپ کی سمجھ میں نہ آسکیں۔ مگر اس مفہوم کو دہرائے
کی کوشش یوں کروں گا کہ سونے سے پہلے اپنی طبیعت کو اس بات پر مائل کر
دیں کہ میں خواب میں بھی ہوں مگر جاگ بھی رہا ہوں۔ یاد دہرے لفظوں
میں کہوں کہ اپنے لاشعور کو ترغیب دیں جسے انگریزی میں Suggestive
سے مدد لفظ اور کوئی نہیں مل سکتا۔ اگر آپ ایسا ہمیشہ اپنے لاشعور کو
بار بار دیں گے تو آپ محسوس کریں گے کہ آپ کے احساسات خواب کے عالم میں
بھی بیدار ہو چکے ہیں۔ آپ ہر بات کو آسانی سے سن سکیں گے۔ اور نیند میں

ہونے کے باوجود ماحول کے تمام اثرات سے باخبر بھی ہوں گے۔

آپ اس حالت میں جو خواب دیکھیں گے وہ خواب نہیں ہوگا۔ اور نہ
ہی اسے خواب کے نام سے تعبیر کیا جاسکتا ہے بلکہ وہ الہام ہوگا اور ایسا
سچا جس طرح آنکھوں دیکھی بات۔

مخشن امیں عجب کرامت ہے۔ آپ جب نیند میں جانے لگیں،
گویا کچی پکی نیند ہو اس وقت اپنے حیثیات کو بیدار کر کے اپنے لاشعور سے
تھکنا نہ انداز میں کہیں (دل ہی دل میں) کہ مجھے فلاں وقت جگادیا جائے۔ تو
آپ یقیناً عین اسی وقت جاگ پڑیں گے۔ اپنے جسمانی عوارض کو دور کرنے
کے لئے بھی اسی طرح مجھشن دے کر صحت حاصل کی جاسکتی ہے۔ مجھے عام
طور پر نسیان کا عارضہ رہا کرتا ہے۔ کیونکہ کوئی ایک روگ میرے گلے
میں نہیں ہے بلکہ کئی جھمیلوں سے مجھے واسطہ ہے۔ میں نے اپنے نسیان
کا علاج اسی طرح سے کیا تھا کہ سونے سے قبل نیم خوابی کی حالت میں اپنے
شعور کو القا کیا کہ میرا حافظہ درست ہے اور میں ہر بات کو آسانی سے یاد
رکھ سکتا ہوں۔ چند یوم کے القار کے بعد مجھے حافظہ کی خرابی اور نسیان
کی شکایت پھر آج تک کبھی نہیں ہوئی۔

خواب میں خواب

یہ خواب کی روشن تصویر ہے اور ہینا ٹرم کی ٹرانس کے مشابہ
ہے۔ ایسے ایک منٹ کے خواب کا مزا اور لطف ایسے ہی آتا ہے،

یہ حالت اس وقت تک رہتی ہے جب تک کہ

طریقہ کئی میں مگر طوالت مضمون کے باعث ایک مختصر مگر جامع طریقہ پیش کیا ہوں۔ خواب میں بیدار ہو جانے کی شق کو جب آپ کریں اور آپ پر قادر ہو جائیں تو اس کے بعد دوسرا قدم اٹھائیں۔ حالت خواب میں اپنے "نفس" کو بیدار کیجئے اور اسے بچھن دیجئے کہ "آپ آرام سے سو رہے ہیں" "سو جائیں" "گہری نیند سو جائیں" — دوبارہ بیٹئے۔

آپ سو رہے ہیں اور اس سونے کی حالت میں آپ نے بیداری کی حالت بھی پیدا کر لی ہے۔ اب آپ نے اس حالت خواب کی بیداری کے "سونا" بھی ہے۔

اپنے ذہن کو ابھاریئے اور ایک خیالی پتنگ پچھا کر اور اس پر سوار ہو کر اس پر لیٹ جائیئے اور عالم خواب میں ہی اپنے شعور کو "دیجئے" کہ "سو جاؤ" "گہری نیند سو جاؤ" آپ خواب کی حالت میں ہی بے خواب میں چلے جائیں گے۔ اس خواب میں یہ عجیب بات ہے کہ انسان ال کرتا ہے کہ پہلے تو میں خواب میں تھا۔ مگر اب بیدار ہو چکا ہوں، مگر وہ خواب کی گہری کیفیت میں مبتلا ہے۔

اس حالت میں جو واقعات نظر آتے ہیں وہ قطعی حقیقت ہیں۔

سامنے دوٹوٹے ہیں اور جو قطعی درست ہوتے ہیں، یا یہ حالت خواب ایسی ہی حالت ہے جیسی کہ خدا کے برگزیدہ انسانوں کو نصیب تھی۔ انسانی عالم خواب کی حالت میں جو نظر آئے وہ ہر ایک کے لئے حال میں اور زمانہ مستقبل میں ہو رہا ہے یا آگیا۔ ان کے خواب میں ان کی بجائے عالم لطیف کے خواب بن جاتے ہیں۔ آپ کو اپنے ایسی بزرگ حالات تیکہ و بد زمانہ حال یا زمانہ مستقبل میں وقت پتہ چل سکتا ہے۔ اور اس حالت میں آپ کو جو کچھ بھی دکھائی دے گا وہ صحیح اور قطعاً حقیق ہو گا۔ میں نے خواب در خواب تک نہایت محنت سے مشق کی ہے اور اپنے تجربات اور مشاہدات کی بنا پر کہتا ہوں کہ میں نے حالت خواب میں جو کچھ دیکھا وہ قطعاً صحیح نکلا اور بالکل درست نکلا۔ اور میں نے جب بھی خواب در خواب کی حالت اپنے شعور پر پیدا کی، عجائبات عالم کی سیر کی اور واقعات نادرہ کو ملاحظہ کیا، ہر شخص محنت کر کے یہ حالت پیدا کر سکتا ہے۔ مگر اس کے لئے توجہ کو ہٹنے نہ دیں۔ اگر توجہ ہٹ گئی اور اپنے مقام سے ہریٹ گئی تو پھر آپ کامیاب ہو کر نہ ہو سکیں گے۔

البتہ ان روحانی ریاضتوں کے لئے صفائی قلب کی اشد ضرورت ہے۔ یہ ہرگز نہیں ہو سکتا کہ کوئی شخص غیر شرعی افعال کا مرتکب ہو اور پھر ان روحانی ریاضتوں میں کامیاب ہو جائے۔ اس لئے حتی الامکان اپنے قلب کی صفائی پہلے کر لیجئے۔ میں نے صرف خواب در خواب تک کی ریاضت کی ہے۔ مگر بزرگان دین اس سے بھی بہت

اگے بڑھ چکے ہیں، اگے کی ریاضتوں کے متعلق میں کچھ نہیں کہہ سکتا کہ کیا اس
نتائج بیاں ہوں گے۔ مگر ہم جیسے عامی اور غلط کار انسان اگر صرف غماز
در خواب کی منزل پر ہی پہنچ جائیں تو غنیمت ہے۔ میں ایک صحیح واقعہ
بیان کرتے ہیں تا تل نہیں کروں گا۔ گو گہکار ہوں مگر روحانی ریاضتوں کا
نے آئینہ دل کو صاف اور شفاف مزور کر دیا ہے اور گناہ کا ارادہ کرنے سے
پر ضمیر دونوں ہاتھوں سے تمام لیتی ہے۔ اس لئے شاید مجھے یہ بات کہنے
میں باک نہیں ہے کہ مجھے جو کچھ نظر آتا ہے وہ قطعی درست ہوتا ہے۔
سیاہ ضمیر کو تاریکی اور گہری خراٹے دار نیند کے سوا اور کیا مل سکتا
ہے۔ یہ واقعات یہ مشاہدات یہ سچے خواب صرف ان لوگوں کو ہی آیا کرتے ہیں
میں جن کے دل دنیاوی میل کچیل سے کچھ پاک ہیں۔

میں اپنا واقعہ بیان کر رہا تھا کہ خواب در خواب میں میں نے اپنے
لا شعور کو جھشن دیا کہ میرے مثالی جسم کو "جنت" میں پہنچا دیا جائے اور
پورے ۱۵ منٹ تک مجھے اس مقام پر رکھا جائے۔

میں نے خواب در خواب کی حالت میں دیکھا کہ چند سفید نورانی مخلوق
نے مجھے چاروں طرف سے گھیر لیا۔ اور مجھے فقہائیں پر واز کا حکم دیا گیا ایک
آواز میرے کانوں میں آئی کہ اوپر پر واز کرو۔ میں وقت کا اندازہ تو
نہیں کر سکا۔ مگر شاید بہت ہی کم وقت پر واز کرنے کے بعد مجھے ایک
ایسے مقام پر پہنچا دیا گیا جس کی خوبصورتی اور حسن کو نہ میرا قلم بیان کر
سکتا ہے اور نہ میرا ذہن۔ میرے علم کی بساط اس مقام کو بیان کر کے

سے عاجز ہے۔ سبحان اللہ و بحمدہ۔

اسلام سے باغی دماغ میرے اس بیان پر تالی بجا کر ضرور ہنس پڑیں
گئے کیونکہ جو بات ان کی سمجھ میں نہ آئے اس پر وہ ہنس نہیں تو اور کیا کریں۔
اور انسانی عقل کا تقاضا تھا ہی تھا ہے کہ جو بات سمجھ میں نہ آئے اس پر ہنس
پڑے۔ مگر ایک بات یاد رکھو کہ تمہارے رسول کے دشمن لوگ جب
سائنس کا نام استعمال کر کے حالت خود فونی میں ایک ملک سے دوسرے ملک
اور ایک براعظم سے دوسرے براعظم میں جا سکتے ہیں۔ اور ان کے اس خواب
کو سائنس کا اور ہینڈ ٹرم کا کمال سمجھا جاتا ہے۔ اور ان پر کوئی شخص ہنسنا نہیں
کرتا۔ تو پھر صحیح اسلامی قدروں کی حاصل
ریاضتوں پر اگر آپ ہنس پڑیں گے تو یہ آپ کی کور فونی کا بین ثبوت
ہوگا۔

ارتکارِ توجہ اور علم النفس

روحانی علوم میں آنکھ سانس اور ہاتھ کی ریاضتوں کو ایک خاص مقام حاصل ہے۔ آنکھ میں برقی قوت آجانے کے بعد سانس کی مشقوں کی باری آتی ہے۔ سانس کی مشقوں میں سب سے بہتر مشق جس دم کرنا ہے اس مشق کے لئے آپ کو ایسا وقت تلاش کرنا اور منتخب کرنا ضروری ہے۔ جب آپ ہر قسم کے تفکرات و دیگر کاموں سے بالکل فارغ ہو چکے ہیں۔ میں یہ مشق عام طور پر صبح کی نماز کے بعد کیا کرتا ہوں۔ آپ کا اپنا مرضی۔ جب کریں بہر صورت دل ہر طرح سے مطمئن ہو اور کوئی واہمہ اور فکر دامگیر نہ ہو، اطمینان سے بیٹھ جائیں جس حالت میں بھی آسانی محسوس کریں۔ اسی حالت میں بیٹھ جائیں۔ بدن کو ڈھیل چھوڑ دیں۔ ایک دو سانس آہستہ آہستہ لے کر، اب ایک لمبا سانس لیں مگر آہستہ آہستہ اس طرح سے کہ آپ کم از کم ایک منٹ تک سانس کھینچتے رہیں مگر اتنا وقت آپ خدا مشق جاری ہونے کے بعد جیسے سانس لیں گے، ابتداء میں جتنی دیر تک سانس کو کھینچ سکیں اسی قدر کھینچ کر سانس کو روک دیں اور اتنی دیر تک روکے رکھیں جس قدر آپ آسانی سے روکنے کے قابل ہوں۔ جب آپ تنک جائیں

تو سانس آہستہ آہستہ باہر نکالنا شروع کر دیں مگر یکدم نہیں بلکہ آہستہ آہستہ۔ اور کوشش یہ کریں کہ جتنی دیر تک آپ نے سانس کو اندر کھینچا ہے اتنی ہی دیر تک سانس کو خارج کرتے رہیں۔ اگر آپ اس مشق کو جاری رکھیں گے تو آپ سانس کھینچتے، سانس روکنے اور سانس باہر نکالنے کے وقت کو منٹوں تک بڑھا سکتے ہیں۔

جب میں نے مشق کو مکمل کیا تھا تو ۱۵ منٹ، سانس کھینچنے میں ۱۳ منٹ روکنے میں اور ۱۵ منٹ سانس باہر نکالنے میں صرف ۵ منٹ تھے گویا ۲۱ منٹ میں صرف ایک سانس لیا کرتا تھا۔ گویا مشق نہیں رہی مگر البتہ دوسروں کو سبق دینے کے قابل اب بھی ہوں۔

جب آپ سانس باہر نکالیں گے تو آپ ذرا تنک جائیں گے۔ ایک دو سانس آہستہ آہستہ لے کر طبیعت میں آسودگی پیدا کر لیں اور پھر مشق شروع کر دیں۔ اور مشق کو جس وقت تک آسانی سے کر سکیں اتنی ہی دیر کریں۔ ایک بات کا خیال رکھیں کہ جب سانس اندر کھینچیں تو دل ہی دل میں کہیں کہ میں صحت، توانائی اور طاقت کا ایک خزانہ اندر کھینچ رہا ہوں اور اسی قسم کے فقرات جو بھی آپ کو پسند ہوں ضرور کہیں۔

سانس روکے رکھنے کے دوران آپ اگر اسم جلالہ اللہ کا ورد کریں، تو زیادہ بہتر ہے اور اگر خاموش رہیں تب بھی آپ کی مرضی مگر بہتر یہ ہے کہ در ضرور ہونا چاہیے اور میرا معمول تو یہ ہے کہ جس دم میں شہری حرفت میں اسم جلالہ اللہ کو دل پر نقش کر کے ورد کرتا ہوں۔ اور جو کہیں

کے بعد اس سے مراد ہے کہ یہ نہ بن سکے اس کی شعاع کو مٹا دینا۔

جب آپ سانس بہ رکائیں تو دل میں کہیں کہ میں اپنی ساری رشتہ تمکان اور بیماری باہر نکال رہا ہوں۔

اسی طرح سے آپ اس مشق اور ریاضت کو جاری رکھیں آپ چند یوم مشق کرنے کے بعد اپنی اس ریاضت کا امتحان دیں۔

آئینہ سانس رکھیں اور دل میں اسم جلال اللہ کا تصور کر کے حبس دم کریں اور جب سانس باہر نکالیں تو اسی آئینہ پر پھونک ماریں۔ آپ کو علم ہے کہ آئینہ پر پھونک مارنے سے آئینے پر دھندلاہٹ سی آجاتی ہے۔ اگر یہ دھندلاہٹ اسم جلال اللہ سے مشابہ ہو تو آپ مشق میں کامیاب ہیں۔

اس مشق سے جسمانی فوائد بھی بہت زیادہ ہیں اور روحانی فوائد تو سبحان اللہ! جسمانی فوائد یہ کہ آپ کا دماغ طاقت پکڑ جائے گا۔ نسیان دور ہوگا۔ عبارت و قوت ابھی لے گی۔ نر و دماغی اور زکام دور ہو جائے گا۔ نیند کھل کر آئے گی اور بے خوابی دور ہوگی۔ بھوک بڑھ جائے گی۔ ہضم کا فعل قوی ہوگا۔ معدے نے زیادہ قوت ہوگی۔ نفس دور ہوگی۔ تیز و معدہ اور جگر کے مریضوں کے لئے یہ ریاضت امرت کا کام دیتی ہے۔

روحانی فوائد ان گنت ہیں۔ سب سے بڑا نادر یہ ہے کہ آپ نے

زیادہ تر نفس کو بدرجہ کمال تک پہنچا دیا ہے تو آپ مریضوں کی تمام تکلیف کو آسانی سے سلب کر سکتے ہیں جس کا طریقہ یہ ہے کہ مریض کو سامنے بٹھادیں۔ کیسوی مانتے کہ انکھیں بند کر دیں، جس دم کریں۔ اور دورانِ حبس یہ تصور رہے کہ مریض کی تمام تکلیف کو آپ اپنے سانس کے ذریعہ اپنے اندر کھینچ رہے ہیں۔ اگر آپ نے اس ریاضت کو جاری رکھا تو چند یوم کے بعد آپ کو غسوس ہوگا کہ جس دم کرنے میں آپ یقینی طور پر مریض کی تمام تکلیف کو اندر کھینچ چکے ہیں۔ اور بظاہر آپ میں اسی مرض کی عارضی سی اور معمولی سی تکلیف نمود بھی کرے گی۔ مگر جب آپ سانس باہر نکال دیں گے تو مرض آپ کے بدن سے خارج ہو جائے گا۔ مریض کو اپنے سامنے بٹھا۔ پانچ سات دن یہی عمل کریدے۔ نفس یقیناً تندرست ہو جائے گا۔

میں نے اپنے گھر کے مریضوں پر کئی بار یہ کام کیا ہے اور یقینی طور پر پایا ہے مگر باہر کے مریضوں پر تجربہ نہیں کیا۔۔۔۔۔ کیوں نہیں کیا؟ اس کی بھی ایک اہم وجہ ہے جس کا اعتبار میں مصلحتاً نہیں کرنا چاہتا۔ البتہ اگر ایک نل بہت زیادہ چل نکلا ہے اور اس نل کے شفا بخش اثرات یقیناً ختم ہو چکے ہیں۔ ایک گلاس شیشے کو لے کر نصف تک اس کو پانی سے بھر دیا جائے۔ کیسوی کے عام میں جس دم کریں اور تصور یہ کریں کہ جب میں پانی پر پھونک ماریں گا تو اسم جلال اللہ اس نل سے پانی پر

جس دم میں اس تصور ذہنی کے ساتھ ساتھ اسم جلالہ اللہ لکھو
کے سامنے لکھا ہوا موجود ہو تو اس عمل کو اور زیادہ تقویت حاصل ہوتی
ہے (میں ایک کاغذ پر اللہ لکھ کر سامنے رکھ لیا کرتا ہوں) اور جب آپ
پھونک ماریں تب بھی یہی بات آپ کے ذہن میں جاگزیں ہو کہ سطح
آب پر اسم جلالہ اللہ لکھا ہوا نظر آ رہا ہے۔ آپ تصویری دیر کے بعد
حیرت میں ڈوب جائیں گے کہ آپ کا عمل کامیاب ہو گیا ہے۔ یہ پاک
اسم پانی کی سطح پر صاف صاف لکھا ہوا آپ کو نظر آ جائے گا۔ آپ ایسی
طرح اور اسی تصور کے ساتھ پانی پر پھونک مارتے رہیں۔ یہ پانی
پانی نہیں رہتا بلکہ اکسیر بن جاتا ہے اور مجھ سے تو ان لوگوں نے بھی
اس پانی کا مطالبہ کیا جو ان علوم کا تسخیر اٹھایا کرتے ہیں۔

تعب و اس بات پر ہے کہ اس پانی سے عجائبات کا ظہور ہوا اور
ایسے مریضوں کو دنوں میں آرام آ گیا۔ جن کے بچنے کی امید ڈاکٹروں کو
بھی نہ تھی۔

مگر یہ سب کچھ انسانی یکسوئی قلب اور ارتکازِ توجہ کا کمال ہے۔
پچھلے سال سردیوں میں ملتان چھاؤنی کے ایک کرنل صاحب نے
اپنے رٹ کے کے علاج کے واسطے مجھے طلب کیا۔ مگر میں میز پر گلدان
پڑا تھا۔ رات کے سناٹے میں اور انتہائی تنہائی کے عالم میں میری نظر
اس گلدان کے ہکتے ہوئے پھولوں پر پڑی اور کسی انسانی یکسوئی کے
ماحت میں نے "ایک گلاب" پر نظریں گاڑ دیں۔ میری حیرت کی انتہا

نہر ہی جب کہ ایک منٹ کے اندر ہی وہ پھول سوکھ کر اکٹھا ہو
گیا۔ فوراً ہی مجھے خیال آیا کہ میری متواتر مشقوں کے باعث ہی یہ
سب کچھ وقوع پذیر ہوا ہے اور میں نے ایک پھول پر ناحق ظلم
کیا ہے۔ میں نے جس دم کیا اور جس دم میں اس تصور کو قائم کر
میری پھونک سے یہ سوکھا ہوا پھول پھر برا ہو جائے گا۔ پانچ سات بار
جس دم کرنے اور پھونک مارنے کے بعد پھول میں پہلی سی تازگی
آگئی اور میں اپنے ان دونوں عجیب تجربات پر انتہائی مسرور ہوا۔ آپ
اس مشق سے ہزاروں کام لے سکتے ہیں۔ کام کی بات ہے اور اس سے
کام لینا ایک ہوش مند انسان کے اپنے بس کی بات ہے۔

جب تسخیر پر یہ عمل زیادہ کام کرتا ہے۔ جب آپ تنہائی میں جس
دم میں کسی کا تصور کر کے اسے کھینچنے کی کوشش کریں گے تو آپ کی روحانی
برقی قوت اس کو ضرور کھینچ لے گی۔ اللہ پاک کے کلام کے اثرات سے
کس شخص کو انکار ہے۔ اس پاک کلام میں بڑا اثر ہے۔ مگر اس وقت
جبکہ انتہائی یکسوئی ہو۔ اگر آپ کا دماغ ہزاروں خیالات میں تقسیم ہو
گا تو آپ کلام پاک کو طوطے کی طرح رٹ کر خواہ مخواہ دماغی گرفت برداشت
کریں گے۔

ہاں تاثیر تب ہے کہ آپ انتہائی یکسوئی کے عالم میں ورد کریں یکسوئی
کے عالم میں پوری سورۃ نہیں بلکہ صرف ایک "لفظ" بھی کار آمد ہوتا
ہے۔ جب تسخیر کے لئے ایک مثل لکھ رہا ہوں۔ جسے میں نے سینکڑوں

اشخاص سے کرایا اور بے حد کامیاب رہا۔ شام سے آدھ گھنٹہ قبل اس عمل کا وقت ہے۔ اگر وہ علم النفس یہ وقت ساعت مشتری کا ہوتا ہے آپ اپنے منتھنوں پر ہاتھ رکھ کر یہ دیکھیں کہ سانس ایک نکتے سے زیادہ نکلتا ہوا محسوس ہوتا ہے۔ علم النفس کا یہ ایک مسئلہ قاعدہ ہے۔ اس کی وضاحت اور اس کی تاثیر میری مولفہ کتاب "سانس" میں ملاحظہ کریں) فی الحال اتنا کچھ کہوں گا کہ اگر اس وقت آپ کا سانس بائیں منتھنے سے جاری ہو تو بہتر وزن دائیں کروٹ اور اسی دیر لیٹ جائیں اور منہ بند کر کے منتھنوں سے سانس لیں۔ ۳، ۲ منٹ کے اندر ہوا آپ کا بایاں منتھنا جاری ہو جائے گا۔ بائیں منتھنے سے اگر سانس جاری ہو تو علم النفس کی اصطلاح میں اسے قمری سُر کہتے ہیں۔ اس عمل کا تعلق قمری سُر سے ہے اور جب سورج مغرب ہونے میں آدھ گھنٹہ باقی ہو اور قمری سُر جاری ہو تو اس عمل کا یہ ایک خاص اور معین وقت ہے۔ اس وقت مطلوب کی تصویر سامنے رکھ کر مغرب کی طرف منہ کر کے جس دم کریں۔ اور ہر جس کے وقت تقویر ہو کہ "مطلوب میرے اندر جارہا ہے اور سانس کے ذریعے میں اسے اندر کھینچ رہا ہوں" یہ عمل سورج غروب ہونے تک کریں اور کم از کم ہفتہ تک اس کا عمل مطلوب کی کشش کے لئے اذیس کافی ہے۔ اور اتنا کچھ ہی یہ عمل

ہے پھر دیکھیں کہ

کچھ دھماکے سے چلی آئے گی سرکار ہندھی

ارتکارِ لوحہ

اس تکنیک کا سبق میں پہلے بھی دے چکا ہوں، مگر سبق دہرانے سے یاد اچھی طرح ہو جاتا ہے۔ اس لئے دوبارہ لکھ رہا ہوں کہ اگر آپ نے کیسوی حاصل کر لی ہے اور کسی مشق سے آپ نے مندرجہ بالا کو سمیٹ کر صرف ایک نقطہ پر مرکوز کر دیا ہے تو آئیے اس سے اگلا موثر اور حسیہ انگیز قدم اٹھائیے۔

رات کے وقت تنہائی میں بیٹھ کر آنکھیں بند کر دیں اور اپنے صحن یا اپنے گھر کے جملہ ماحول پر نظر دوڑائیں۔ یعنی بند آنکھوں کے سامنے آپ کو اپنا گھر بعینہ اسی طرح نظر آنے لگے جس طرح آپ کھلی آنکھوں سے دیکھا کرتے ہیں۔ وہی صحن، وہی کمرے، وہی سامان اسی طرح کی ہر چیز گویا بند آنکھوں سے آپ اپنے صحن یا گھر کے ماحول کو دیکھنے کی مکمل کوشش کریں۔ یا کمرہ کے اندر بیٹھ کر روشنی تیز کر کے اپنے کمرہ کی ہر چیز کو کھلی آنکھوں سے کیسوی کی حالت میں پوری طرح دیکھ لیں۔ اور پھر یک دم آنکھیں بند کر دیں اور اپنے ذہن پر بوجھ دے کر ویسا ہی سماں بند آنکھوں کے سامنے پیش کریں۔

ابتدا میں آپ کو ذرا مشکل پیش ہوگی۔ منظر تھوڑی دیر کے لئے پیش ہو کر غائب ہو جائے گا۔ مگر متواتر مشق کرنے سے آپ کافی دیر تک بند آنکھوں سے یہ منظر دیکھ سکیں گے۔ اور جب آپ کو عبور ہو جائے گا تو آپ عجائبات کا نظارہ کریں گے۔

مثلاً آپ سفر میں ہیں گھر سے کس باہر ہیں اور آپ کو اپنے گھر کی یاد ستاتی ہے تو تنہائی کے عالم میں بند آنکھوں کے سامنے اپنے گھر کا منظر لائیں۔ اب آپ کی آنکھوں کے سامنے کوئی فریب نہیں ہوگا کوئی دھوکا نہیں ہوگا بلکہ حقیقت میں اپنے گھر کے تمام افراد کو اور تمام ماحول کو دیکھا جیسا کہ فی الواقعہ آپ اپنے گھر میں موجود ہیں۔

مثلاً آپ کی بیوی کھانا پکا رہی ہے، بچے کھیل رہے ہیں۔ مرنی صحن میں دانہ ہلک رہی ہے اور حقیقت میں اس وقت اس منظر کے وقت آپ کے گھر کی وہی حالت ہوگی جیسا کہ آپ اسے بند آنکھوں میں دیکھ رہے ہیں ہاں دھوکا اور فریب اس وقت ممکن ہو سکتا ہے جب کہ آپ میں یکسوئی نہ ہو اور آپ نے یہ مراقبہ کیا ہو۔ اس وقت لاشعور آپ کو دھوکا دے سکتا ہے کیونکہ اس نیزاطمینانی اور افطربی کیفیت میں لاشعور آپ کی صحیح رہنمائی نہیں کر سکتا۔

بس بالکل یکسوئی کا عالم ہونا ضروری ہے اور اس عالم میں آپ جو کچھ دیکھیں گے وہ حرف بحرف درست ہوگا۔ اور اگر آپ تاریخ اور وقت نوٹ کر کے واپس گھر میں آکر ان دیکھے ہوئے حالات کی تصدیق کریں گے

تو غلط ہرگز نہ پائیں گے۔

آپ اپنے لاشعور کو عبور کریں کہ آپ جس شخص کو دیکھنا چاہتے ہیں اس کا صحیح فوٹو آپ کی بند آنکھوں کے سامنے پیش کرے۔ اگر آپ نے اس مطلوبہ شخص کو کبھی دیکھا ہے تو اپنے ذہن پر زور دے کر اور اپنے لاشعور کو بار بار التقادے کر اس کا صحیح فوٹو اپنے سامنے پیش کریں۔ بالکل وہی جسم وہی نقش و نگار وہی ہاتھ پاؤں، مو برابر فرق نہ ہو۔ بس بند آنکھوں سے اپنے مطلوبہ شخص کو دیکھ لیں۔ اب اس کو پر زور لفظوں میں کہیں کہ کل صبح، بجے اور عین سات بجے مجھے مکان پر آکر ملو۔ اور تم ملنے پر بے چین ہو جاؤ گے اور ضرور میرے مکان پر پہنچو گے۔

ان الفاظ کو پُر و ثوق ہجہ میں اس تصور کے سامنے بار بار دہرائیں اور پھر سو جائیں۔ آپ حیران ہوں گے کہ وہ شخص عین وقت مقررہ پر آپ سے ملنے کے لئے آپ کے مکان پر حاضر ہوگا۔ اسے اپنا شعور عبور کرے گا اور وہ نیز اختیارانہ طور پر ملنے کے لئے عبور ہوگا۔

آپ مشق کریں اس بات کی کہ جب بھی آپ کا دل چاہے آپ استغراق میں چلے جائیں۔ اور آپ تھوڑی دیر کے لئے دنیا کے ہر شور و شغب سے دور ہو جائیں۔ بازار کی گہما گہما آپ کے استغراق میں مغل نہ ہو سکے۔

اس وقت آپ اپنے لاشعور کو حکم دیں کہ مجھے فلاں جگہ پر پہنچا دو۔ آپ کا شعور اس استغراق کی حالت میں آپ کی صحیح رہنمائی کرے گا۔ اور آپ کو فی الواقعہ مطلوبہ مقام پر پہنچا دے گا۔ آپ وہاں کا بالکل صحیح منظر دیکھیں

گئے جیسا کہ آپ حقیقتاً اپنے پورے حواس کے ساتھ وہاں موجود ہیں۔ میں نے اسی استغراق کے عالم میں بیسیوں بار اپنے رشتہ داروں اور دوستوں کو ان کی بالکل اصلی حالت میں دیکھا ہے بلکہ جو کام کر رہے ہیں وہ سب کچھ آسانی سے لاشعور کی سکرین پر نظر آجاتا ہے۔ البتہ باتیں سنائی نہیں دیتیں۔ باتیں سننے کے لئے وسیع ریاضت کی ضرورت ہے۔ صوفیاء کرام کے بارے میں تو میں نے یہاں تک سنا ہے کہ وہ بغیر آنکھیں بند کئے سارے مناظر کو بعینہ اسی حالت میں دیکھ لیا کرتے ہیں اور باتیں بھی سن لیا کرتے ہیں۔ مگر ہم دنیا دار آدمی، جن کو دن بھر میں سینکڑوں بھیلیوں سے واسطہ پڑتا ہے۔ ہمارا اتنا کچھ بھی دیکھ لینا فی الواقع حیرت انگیز بات ہے۔

کوشش کریں کہ آپ تصور میں چلنا سیکھیں۔ دو چار بار جس دم کر کے اور اپنے ذہن کو یکسو کر کے تصور کے قدموں سے چلیں مگر ایک لمحہ کے لئے بھی یہ بات ذہن میں نہ آئے کہ آپ اپنے بستر پر گھر میں لیٹے ہوئے ہیں بار بار اس بات کی کوشش۔ دس بارہ دن کی مشق کے بعد آپ اپنے تصوراتی قدموں سے چلنا سیکھ جائیں گے۔ بس اس کے بعد آپ تصوراتی سفر شروع کر دیں۔ آپ کو راستہ میں جو چیز بھی نظر آئے گی وہ حقیقتاً ہوگی اور آپ جس دوست کے مکان پر اس طریق سے چل کر پہنچیں گے۔ آپ فی الواقع اس کے مکان کے صحیح حالات کا نظارہ کریں گے۔ بلکہ جس شخص سے ملنے کی خواہش ہے، اس کے سانس کی آمد و شد کا بھی تمہیں پتہ ہوگا، آپ

تصوراتی مانتھوں سے اس کے جسم کو مس بھی کر سکیں گے۔ آپ کو اس کی پلٹی ہوئی نبض بھی انگلیوں کے نیچے محسوس ہو سکے گی۔

ارتکارِ توحید

شمعِ بینی، آئینہ بینی، بلورِ بینی اور ماہتابِ بینی جیسی مشقیں ارتکارِ توحید کے لئے بے حد مفید ہیں۔ ان مشقوں کے بعد منتشر خیالاتِ انسانی سمٹ کر ایک مقام پر آجاتے ہیں۔ یکسوئی پیدا ہو جاتی ہے۔ تیسری آنکھ کھل جاتی ہے واقعاتِ عالمِ فہم کی طرح سامنے آجاتے ہیں اور تھکاپ ریڈنگ کی قوت اُجاگر ہوتی ہے۔ میں اپنے پچھلے مضامین میں لکھ چکا ہوں کہ انسان ”ون پوائنٹ“ ہو جائے تو بلا” بن جاتا ہے۔ اگر پوری یکسوئی سے بستر پر نظر ڈالے تو وہ بھی اپنی جگہ سے اُپھل پڑے۔ روس کی ایک لڑکی کا تذکرہ اخبارات میں آپ نے بھی پڑھا ہو گا جو محض آنکھ کے اشاروں سے بے جان چیزوں کو حرکت دے سکتی ہے۔ یہ سب کچھ انسانی یکسوئی کا نتیجہ ہے۔ مگر بعض لوگوں کا کہنا ہے کہ شمعِ بینی ویزہ کی مشقیں کرنے پر لوگ انگلیاں اٹھاتے ہیں، کئی باتیں بناتے ہیں۔ جادوگری کا بہتان باندھا جاتا

ہے اور لوگوں کے اعتراضات کی بناء پر شمع بینی اور بتور بینی کی مشق کرتے وقت طبیعت میں جھجک سی محسوس ہوتی ہے کہ لوگ دیکھ کر کیا کہیں گے۔ بات یہ ہے میرے دوست! کہ یہ مشقیں کھلے صحن میں تو کرنے کی ممانعت ہے۔ ان مشقوں کے لئے بالکل تنہائی کا مقام درکار ہے۔ جہاں شور و غل نہ ہو۔ جہاں کسی کے آنے کا کھٹکانہ ہو، جہاں کسی کی نظر نہ پڑے اور جہاں کسی کی انگلی نہ اٹھے۔ اس قسم کی ریاضت کے لئے کچھ تنہائی ہی ایک اچھا مقام ہے۔ کھلی جگہ میں تو کوئی آیا، کوئی گیا۔ کسی نے بات کی، کسی کی بات آپ نے سنی، کسی کی انگلی اٹھی تو مزاج بدہم ہو گیا۔

آپ جگہ ہی ایسی تلاش کریں اور مقام ہی ایسا ڈھونڈیں جو ان مشقوں کے لئے بالکل موزوں ہو۔ اگر آپ ظاہراً شمع بینی نہیں کر سکتے آپ کے پاس کوئی اچھا مقام نہیں، تنہائی نہیں اور خلوت میسر نہیں تو اس عقدہ کا حل صرف ایک ہی ہے کہ رات کا موزوں وقت تلاش کریں اور اپنے بستر پر بیٹھ کر باطنی شمع کی مشق کریں۔ مگر اس وقت جب دنیا محو خواب ہو۔ بستر پر بیٹھ کر خیالات کو اکٹھا کریں۔ دل کی بیقراری کو دور کریں۔ دو

چار بار لیے لیے سانس لے کر دل و دماغ میں آراستگی پیدا کریں۔ جب طبیعت میں عمل کرنے کی مکمل آمادگی کے آثار ہوں تو آنکھیں بند کر کے اپنے دل پر نظر کریں۔ اپنے دل کو دیکھیں۔ اور جب آپ کو دل کی واضح صورت نظر آنے لگ جائے اور آپ کو اس بات پر یقین ہو کہ یہ دل کی تصویر ہے تو اپنے دل پر موم بتی کا تصور کریں۔ بالکل اصلی موم بتی کی صورت،

دھبہ طلوع ہو گا، یہ دھبہ چند دنوں کے بعد سرخ ہو کر سفید ہو جائے گا۔ اور جب سفید ہو جائے تو پوری عظمت سے اس سفید دھبہ کو سورج میں بدل دیں۔ وہی روشنی، وہی شعاعیں اور وہی حدت۔ اس مشق میں بے حد گہری ہے اور اس گہری کو زائل کرنے کے لئے آپ کو سرد شروبات کا استعمال لازمی ہے۔ اس مشق کے عامل کو سردی نہیں لگتی۔ اور موسم سرما میں بھی پسینے میں شرابور ہو جاتا ہے۔ آنکھوں میں اتنا جلال ہوتا ہے کہ جس چیز پر نظر پھر کے دیکھے گا وہ چیز پھر ک اٹھے گی اور جب کسی واقعہ کو دیکھنا مطلوب ہو تو سورج کا تصور کر سکیے لا شعور کو حکم دیں کہ اس واقعہ کی اصلیت کو اجاگر کرے۔ آپ اس واقعہ کو بعینہ اصل حالت میں ملاحظہ کریں گے۔

ابھی ۴۰۲ دنوں کی ہے کہ ایک گم شدہ لڑکے کی تلاش کے لئے میرے پاس ایک شخص آیا۔ میں نے تنہائی میں اس لڑکے کا تصور کیا۔ تو مجھے ملتان کے دربار حضرت بہاء الحق کا روضہ نظر آیا اور اس روضہ کے قریب وہی لڑکا موجود پایا۔ اور خدا کی قدرت کہ اسی دن اس لڑکے کو دربار سے پکڑ لیا ہے۔

اسی طرح کی جھللاتی ہوئی نور۔ اسی طرح کی روشنی۔ یہ تصور اتنا بخت ہو کر آپ
فی الواقعہ اصلی موم بتی کی طرح اُسے جلتی ہوئی دیکھ لیں۔ اور جب آپ اس
کمال تصور پر پہنچ جائیں گے تو آپ کا دل متور ہو جائے گا۔ دل سے نور
کی بیٹیں اٹھ اُکریں گی۔ اگر آپ مشق اور کچھ دن تک بڑھائیں گے تو آپ
کی باطنی آنکھ ایک دم کھل جائے گی۔ اور آپ اپنے اندرونی اعضا کو
بھی فی الواقعہ دیکھ سکیں گے۔

آپ کی تیسری آنکھ بیدار ہو جائے گی۔

ہر آنے والا واقعہ آپ کے سامنے ہوگا۔

ہر شخص کا تخیل آپ کے دماغ میں ہوگا۔

مذکرہ بالا تمام مشقوں کا مقصد یکسوئی حاصل کرنا ہے خواہ ظاہری
مشق سے حاصل ہو یا باطنی مشق سے، اور اگر آپ یہ چاہیں کہ آپ کی
ریاضت یکسوئی حاصل کرنے کے علاوہ عبادت بھی بن جائے تو آپ
شیخ کی بجائے اسم جلالہ ”اللہ“ کا تصور دل پر کندہ کر دیں، سنہری حروف
میں اللہ لکھا ہو یا یوں نظر آئے جیسا کہ آپ ظاہری آنکھ سے دیکھا کرتے
ہیں۔ اور جب آپ بلا کسی خیال کے یہ پاک نام دس پندرہ منٹ تک
آسانی سے دیکھ سکیں گے تو آپ اپنے مقصد میں بالکل کامیاب ہیں۔ آپ
ملاحظہ کریں گے کہ اسم جلالہ سے نور کی شعاعیں اٹھ کر آپ کے سارے
بدن کو منور کریں گی۔ جو بات دوسری مشقوں سے حاصل ہوتی ہے اس
سے چار گنا زیادہ قوت نورانیہ آپ حاصل کر لیں گے۔

آپ ریاضت کے دوران بہ حد قوت محسوس کریں گے۔ دل و زبان
میں نور کے جلوے ہوں گے گناہوں سے نفرت ہوگی۔ عبادت کا شوق ہو
گا۔ اور جب آپ کسی واقعہ کو دیکھنے کے ثنائی ہوں گے۔ تصور اس قدر باریک
لاشعور پر دے کر اگر اس واقعہ کی اہمیت اور نتیجہ کو سامنے لانے کی کوشش
کر دے تو چشم زدن میں پورا واقعہ فلم کی طرح آپ کے سامنے ہوگا۔

مسلل ریاضت اور محنت سے ہی کامیابی حاصل ہو سکتی ہے۔ غلبت
پسند لوگ ایک ہفتہ میں ہی روحانیت کے بام مروریج پر پہنچنے کے ثنائی ہوتے
ہیں۔ غلبت اور روحانیت میں بڑا تضاد ہے۔ غلبے چند روزوں کے بعد
دیا کہ تمہاری بتائی ہوئی ریاضت ہفتہ بھر کر چکنے کے بعد بھی کوئی نتیجہ
برآمد نہیں ہوا۔

ایسے لوگ روحانیت کے ان مقامات کو محض تشرعیات، طہارت و شایعہ
السلام کی نیانہ سمجھتے ہیں کہ منہ میں حلوے کا ڈلہ رکھا اور بتیر چائے لنگ گیا۔
ان ریاضتوں میں اللہ والوں سے تو عمریں گزار دیں۔ خود بخود ناپہیز نہ
پورے ایک سال کی ریاضت کے بعد ٹیلی بیٹھی میں قدم رکھا اور افسوس
کہ ابھی تک مبتدی ہوں۔

ارتکارِ زوہر کے لئے شمس باطنی کی مشق بھی یہی نتائج لاتی ہے کہ آپ
پہلی رات کو جاگیں، حوائج ضروریہ سے فارغ ہو کر وضو کریں۔ مشرق کی
طرف منہ بند کر کے حبس دم ۱۲ بار کریں، اور یہ تصور کریں کہ سورج
طلوع ہو رہا ہے۔ چند یوم کی مشق سے افق مشرق پر تصور کا ایک سیاہ

اجواب مراقبہ از نگارِ لوحہ

۶ جنوری ۱۹۳۲ء کے بعد دو پہر کا وقت، میرے گھر کے تمام افراد برادری کے گھروں میں ملنے کے لئے گئے ہوئے تھے۔ میں اکیلا گھر میں تھا۔ ظہرین کی نماز ادا کرنے کے بعد مسئلے پر بیٹھ کر میرے ذہن میں "انسیس شیرازی" کی بیماری کا خیال بار بار گوندا رہا تھا۔ انیس کو دل کے متواتر دورے پڑ رہے تھے۔ سانس کی تنگی تھی۔ ہاتھ پاؤں پر دردم آچکا تھا۔ مجھے بار بار اس کی بیماری کا خیال آ رہا تھا۔ کہ: ایسا دوست! اجانی دوست! کاش ہم لوگ اس کی تکلیف کو اپنے جسموں میں بانٹ سکتے۔ ۲۸ سال کی عمر ہی کیا عمر ہے؟ ابھی نوجوانی کے دن ہیں۔ چھوٹے چھوٹے چلنے کے ہیں اللہ اسے بچائے۔!

انہیں خیالات میں گم ہو کر میں نے جس دم کہنا شروع کر دیا۔ اور جس دم میں اپنے دل کے ٹکڑے پر اسمِ جلالہ، اللہ کو جلی و فیر اُجالا۔ جس دم میں میں استغراق میں جا رہا تھا۔ جوں جوں جس دم کہ رہا تھا۔ استغراق میں ڈوبتا جا رہا تھا۔ میں نے اپنے لاشعور سے کہا "اب میں گہری نیند میں ڈوب رہا ہوں گہری نیند میں۔ اور جوں جوں جس دم کہ رہا ہوں۔

نخا "سبحان اللہ و بحمدہ" کی بتائی نے دل کو روشن کر دیا تھا اور اس ورد کی تکرار سے میں تھوڑی سی ننوگی میں چلا گیا۔ مگر میرے ذہن نے کروٹ لی۔ صبح میرے پاس سب سے پہلا مریض کون آئے گا؟ اسے کیا مرض ہوگا؟ اور اس کا ہومیوپیتھی علاج کیا ہوگا؟ بولو، میرے لاشعور! میں نے حکمانہ انداز میں کہا۔ مجھے اپنا کلینک نظر آیا۔ میں اپنی کرسی پر بیٹھا تھا ۲ مرد اور ایک پردہ دار عورت کلینک میں آکر بیٹھ گئے۔ لب و لہجہ سے معلوم ہوتا تھا کہ ضلع مظفر گڑھ کے رہنے والے ہیں۔

"ہاں بھائی، کیا باسٹا ہے کیا حکم ہے؟" میں نے پوچھا "جناب ہم شہرت سن کر ضلع مظفر گڑھ سے آئے ہیں۔ یہ عرصت عرصہ ۷ سال سے ہسٹریا کی مریض ہے۔ اسے کسی دوائی سے آج تک آرام نہیں آسکا۔ پیٹ میں گولا سا اٹھتا ہے جو خلق میں پھنس کر بے ہوشی کا سبب بنتا ہے۔ دن سبیر میں چار چار بار دورے پڑتے ہیں؟"

"ہاں آرام آجائے گا انشاء اللہ" اور میں نے ڈسپنسر سے کہا۔

"اسانوڈیڈ ۲۰ اور کالی فاس ۶ x لائیے"

بس تڑاخ پٹاخ کی آواز سے میں چونک پڑا۔ میرے چھوٹے بچے ندیم عباس نے کمرے کا دروازہ چٹاخ سے کھولا اور میں ٹوٹ کر چونک کر جاگ پڑا۔

میں مسئلے پر بیٹھا ہوا مراقبہ کر رہا تھا۔ ٹھک سے کرا رہا تھا۔

ان استغراق کی گہرائیوں میں جہاں ہوں۔ میرا سارا بدن سن ہو رہا ہے۔ پائل
انفہ پھر غرضیکہ سارا بدن سن ہو چکا ہے۔

یہ اقامت بار بار دیتے دیتے میں بے خودی کے عالم میں چلا گیا۔ میں نے
اپنے لاشعور سے خطاب کیا کہ میں پندرہ منٹ تک اسی مراقبہ کی حالت میں
رہوں گا، اور پندرہ منٹوں کے بعد خود بخود جاگ پڑوں گا۔ ۱۵ منٹ! بس
اب میں گہری نیند میں ڈوب چکا ہوں۔ بتاؤ! میرے لاشعور بتاؤ! کہ
انیس کا کیا ہے گا؟ کب شفا ہوگی؟ کیسے شفا ہوگی؟ پورے حالات سے
مجھے باخبر کرو۔ جلد کرو! دیر نہ کرو۔! ہاں اس کی صحیح شکل اور

صحیح حالات کو میرے سامنے دہراؤ!!
انیس کی شکل کے رخصتے سے نقوش ابھرے اور پھر مٹ گئے۔

"نہیں نہیں۔ میرے لاشعور مجھے دعویٰ کامت دو۔ صحیح حالات، میرے سامنے
پیش کرو!" میں نے لاشعور کو ٹھکانہ انداز میں کہا۔

تصویر ابھری، میں انیس کے سامنے کھڑا تھا۔ اس کی بغض دیکھ رہا تھا۔
یا اللہ مجھے بغض نہیں مل رہی۔ اس کے ماتھے پر موت کا پسینہ آ رہا ہے۔
موت کا پسینہ۔ میں نے اس کے ماتھے پر ہاتھ رکھا۔ صبح کی اذان آ
رہی تھی۔ اللہ اکبر کی صدا فضا میں گونجی۔ انیس نے ایک بار آنکھیں
کھولیں۔ بھرے گھر کے ایک ایک فرد کو دیکھا، کلمہ شہادت پڑھا اور
پھر ہم سب کو روتا ہوا چھوڑ کر چلا گیا۔ چلا گیا۔ افسوس! انیس
ہم سب کو چھوڑ گیا۔ آخری ہچکی۔ اُف میرے اللہ۔ یہ کیا ہو گیا؟

آسمان پھٹ گیا۔ از زمین الٹ گئی۔ انیس ہم سب کو چھوڑ گیا۔

یہ عمر کا وقت ہے۔ لوگوں کا ازدحام۔ سارے شور کوٹ کے جوان بڑھے
بچے اکٹھے ہیں۔ یہ کیا ہے؟ سفید کفن میں لپیٹی ہوئی حسین سی میت! کفن ابرا
انیس کی میت؟! یہ آخری دیدار ہے۔ جو ہم لوگ کر رہے ہیں۔ شام کا وقت
قبریں انیس کی میت دفن کر کے ہم دنیا کا پورا غم سینے میں دبا کر فاتحہ پڑھ
رہے تھے، میں نے یکدم ایک لمبی سانس لی۔ اور ایک جھٹکے کے ساتھ
لاشعور نے مجھے مراقبہ سے بیدار کر دیا۔

۶ جنوری ۱۹۷۳ء ۳ بجے کا وقت۔ افوہ! کاش میں یہ مراقبہ نہ کرتا۔
انیس ہمارے پاس کل صبح اذان تک مہمان ہے۔ میں کیا کر سکتا ہوں۔ ساری
رات کروٹیں بدل بدل کر گزار دی، صبح اذان سے ذرا قبل میرا دروازہ زور
سے کھٹکا۔ جس بات کا کھٹکا تھا وہ سامنے موجود تھا۔ میں بغیر سنبھلے، بستر سے
نکل کے بھاگا، بھائی شہر حسن صاحب دروازہ سے پر موجود تھے۔ دوڑ کے
آؤ۔ انیس کی حالت بدل گئی ہے۔ میں دوڑ کے گھر میں داخل ہوا، بغض
پر ہاتھ رکھا، ماتھے پر موت کے پسینے کے شبخی قطرے تھے۔ ادھر سے
اذان آنا شروع ہوئی۔ اذان ختم ہوئی اور انیس نے کلمہ شہادت پڑھ کر
آخری ہچکی لی اور نہیں روتا ہوا چھوڑ کر راہی ملک عدم ہو گیا۔ اتنا لٹھ
وانا الیہ راجعون ط

۱۵ جنوری رات کا وقت عشاء کی نماز کے بعد تعلیمات میں مشغول

آج 4 جنوری کا دن ہے۔ میں 1 بجے اپنے کلینک میں پہنچ گیا۔ ۲
دو اور ایک پردہ دار خاتون میرے کلینک میں داخل ہوئے اور غنیک
ملک کے بعد بیٹھ گئے۔

”ہاں آپ منظر گرہ راجن پور سے آئے ہیں۔“ میں نے پوچھا
اور وہ چونک کر میرا منہ تکتے لگ گئے۔

”اس خاتون کو ہسٹریا کے دورے پڑتے ہیں۔ دن میں چار
چار بار“ میں نے بات دہرائی۔

ایک مرد اٹھا اور میرے ہاتھوں کو بوسہ دے کر کہنے لگا۔
”جناب بیسا سنا تھا ویسا ہی پایا۔“

اور میں نے اس فوٹیڈ ۲۰۰ اور کالی فاس ۶x دے کر ان کو فارغ
کر دیا۔

ارتکارِ توبہ

اگر آپ نے ارتکارِ توبہ کی کوئی بھی ریاضت مکمل کر لی ہے۔ شمع
بینی، بتور بینی، آئینہ بینی یا سورج بینی تو لازماً آپ یکسوئی حاصل کر
چکے ہیں اور اپنے منتشر خیالات کو آپ اکٹھا کر کے ایک مرکز پر لانے
میں کامیاب ہو چکے ہیں۔ اس کے بعد آپ نے اپنی اندرونی طاقت سے
کام لینے کا طریقہ سیکھا ہے۔ اب آپ اپنی قوتِ باطنی کا امتحان لیں ایک
پھوٹے سے کاغذ پر کوئی لفظ لکھیں۔ جو بھی آپ چاہیں مگر صرف ایک ہی
لفظ اور لفظ کو کاغذ پر صاف اور شفاف لکھیں تاکہ عمل میں نقص واقع
نہ ہو۔ کسی اپنے دوست کو ساتھ لے کر ایک کمرہ میں داخل ہو جائیں۔ خود
شمال کی طرف منہ کر کے آرام وہ حالت میں بیٹھ جائیں۔ اور دوست کے
ہاتھ میں کاغذ اور پنسل دے کر اس کا منہ جنوب کی طرف کر کے بٹھا دیں۔
یکسوئی حاصل کر کے اور انتہائی طمانیت قلب سے آپ اس کاغذ پر توبہ
کریں اور اس توبہ کی ہر تصور کے عالم میں ہی اپنے دوست کی طرف
بھیجیں۔ ۱۵ منٹ تک اس تصور کو دہرائیں۔ اور آپ کا دوست
جو کچھ بھی سمجھے وہ لفظ کاغذ پر لکھ لے۔

۳۱۲ دن کی مشق کے بعد آپ کا دوست وہی لفظ اپنے کاغذ پر لکھتے
جو آپ کے پاس لکھا ہو گا اور یہ اس بات کا اثر ہے کہ آپ اپنا پیغام دوسروں
کو پہنچانے کے اب قابل ہو چکے ہیں۔ اب ایک لفظ کی بجائے ایک سالم
لفظ لکھ کر اسی طرح مشق کریں۔ آپ کی توجہ اگر تقسیم نہ ہوئی تو آپ اپنے
دوست کو سالم فقرہ ہی بھیج سکیں گے۔ تجربہ کامیاب ہونے پر آپ اس
امر کو زبرد اور وسیع کر دیں۔ ذرا کچھ دور رہنے والے کسی دوست کو رات
کی تنہائی میں پیغام دیجئے کہ صبح سویرے مجھے ضرور اکڑے۔ اور اس خیال
کو انتہائی یکسوئی کے ساتھ بار بار دہرائیں آپ حیران ہوں گے کہ جب
صبح سویرے آپ کا دوست پہنچ آپ کے دروازے پر آنے کے
لئے مجبور ہو گا۔

۲۔ تجربہ کو اور وسیع کریں۔ اپنے کسی بہت دور (۲۰، ۳۰ میل
کے فاصلے پر رہنے والے دوست کو خط لکھیں کہ فلاں تاریخ فلاں وقت
وہ بالکل تنہائی میں بیٹھ جائے اور میری طرف سے جو پیغام اس کے دماغ پر
نازل ہو اسے حرف بحرف لکھ لے۔ اگر آپ کی توجہ میں غلغل نہیں تو یہ پیغام
حرف بحرف آپ کے دوست کو وصول ہو گا۔

اس مشق کو اور زیادہ وسیع کریں اور آپ انشاء اللہ دو دو ہزار
میل دور رہنے والے اشخاص کو بھی بغیر اطلاع دیئے صحیح پیغام بھیج سکیں
گے۔ اسی علم کو ٹیلی پتھی کہتے ہیں۔ یورپ کے ٹیلی پتھس تو حکومتوں کے
رخ بدل سکتے ہیں اور کسی دشمن حکومت کو اپنا دوست اور اپنی مصلحت

کا دوست بھی بنا سکتے ہیں۔

یورپ کے ٹیلی پتھس اس روحانی قوت سے بہت سے غلط کام بھی
کے رہے ہیں۔ مثلاً آپ کسی شخص کو بار بار یہ پیغام بھیجیں کہ فلاں شخص کو
اسی وقت قتل کر دو۔ تو ۲۴، ۴۸ بار پیغام دینے کے بعد آپ یقیناً سنیں گے
کہ اسی شخص نے مطلوبہ آدمی کو قتل کر دیا ہے۔ مگر اس طرح کے عظیم گناہ
کے ثواب و عذاب کے آپ خود ذمہ دار ہوں گے۔ توجہ کے اس عظیم عمل سے
آپ اپنی عقل و دانش سے ہزاروں کام لے سکتے ہیں۔

۳۔ کسی بزم میں، مجلس میں یا جلسہ میں یا جلسہ میں کسی ایک شخص پر
اپنی توجہ کو مرکوز کر دیں۔ اور اپنے ذہن میں یہ خیال پختہ طور پر جمادیں کہ
یہ شخص اپنے کان کھلائے گا۔ یا اپنے ناک کو ہاتھ لگائے گا یا آسمان کی طرف
دیکھے گا۔ یا کوئی اور کام کرے گا۔ (جو بھی آپ کے ذہن میں آئے) اس
ایک خیال کو اپنے ذہن میں پختگی بخش دیں۔ اور ۲ منٹ تک انتہائی توجہ
سے آپ اس خیال کو دہرائیں بلکہ آپ کو اپنے خیال پر یقین محکم ہو نا چاہیے تاکہ
آپ کے ارادے کی پختگی اس خیال میں مددگار کے طور پر کام کر سکے۔ آپ کا
خیال اگر یقین کی حد تک ہے تو وہ شخص وہی کام کرنے پر مجبور ہو گا اور اگر
نہ کرے گا۔ تو اس کا مطلب یہ ہے کہ آپ کے خیال میں اور کیسوئی میں ابھی پختگی
نہیں ہے بہر حال بار بار توجہ پر زور دینے سے اثر ضرور ظاہر ہو گا۔

آپ اپنے کسی بھی شخص کے خیالات کا جائزہ لینے کے لئے آپ ایک
محور اشعراق میں چلے جائیں اور اپنے ذہن کی شعاعوں کو اس کے دماغ

اور دل پر نازل کریں۔ آپ اس کے قلبی تاثرات کا صحیح جائزہ لینے پر قادر ہو سکیں گے۔ جو بات بھی اس کے دل میں بصورتِ رائے پنہاں ہے آپ پر بخوبی روشن ہو جائے گی۔ اس طریقہ سے بڑے بڑے رازوں کو آپ حاصل کر سکیں گے۔ اگر آپ رجعت پسند شخص نہیں ہیں تو اس پاک روحانی عمل سے ہزاروں لوگوں کے کام آسکتے ہیں اور ہر مشکل میں ان کی مدد کر سکتے ہیں۔ امراض کا قلع قمع کر سکتے ہیں۔ بڑی عادتوں اور برائیوں کو دور کر سکتے ہیں۔ دزد دھکے ہوئے دلوں کا ملاپ کر سکتے ہیں۔ دشمنوں کو دوست بنا سکتے ہیں۔ دیر بیٹھے ہوئے شخص کو اپنا پیغام بھیج سکتے ہیں، دور یا نزدیک کسی بھی شخص کے قلبی رازوں سے آگاہ ہو سکتے ہیں، غم کا ازالہ کر کے غلین دلوں میں خوشی کی لہر پھیلا سکتے ہیں۔ نفسیکہ ہزاروں قسم کے کام ہیں جو آپ اپنی مرضی اور عقل و دانش کی بناء پر لے سکتے ہیں۔

عجیب تر مشاہدہ

بہت عرصہ پہلے کی بات ہے۔ میرے بھی جوانی کے دن تھے اور علمِ جعفر بھی جوان ہو رہا تھا۔ طبیعت میں رشوت تھی۔ دماغ میں غرور تھا۔ جو شخص فطرت سے باتیں کر سکے اس کے دماغ میں غرور کا آجانا ایک فطری عمل ہے۔ انہیں دلوں میری دو کتابیں علمِ جعفر پر انکاتبِ جعفر اور سرِ غیبِ الہی (جی) اور ۳۰ کتابیں علمِ اہلِ بر (روحانی ایکسرے، سیرِ دل، اور خزینہٴ رمل) اشاعت ہوئیں۔ چونکہ میں نے دنیا کا ایک عجیب علم کھلے لفظوں میں مارکیٹ میں پیش کیا تھا۔ اس لئے شائقینِ علم نے ہر چار جانب سے خطوط کی بوچھاڑ کر دی، ہندوستان کے اکثر لوگوں نے بھی خطوط بھیجے جن میں جناب قاضی زاہد حسین مرحوم نانوتہ ضلع سہارن پور تمام طور پر قابلِ ذکر ہیں۔ قاضی صاحب نے مجھے خط لکھا جس کا مضمون یہ تھا کہ علمِ جعفر میں بھی جاتا ہوں۔ مگر تمہارے جعفر میں بالکلین ہے۔ اس لئے مقولہ کھلے لفظوں میں مجھے لکھئے۔ میں نے بدوحیلین (جو قاعدہ برسالہ نلکیات میں چھپ چکا ہے) بڑی فراخ دلی سے ارسال کر دیا۔ قاضی صاحب نے ایک خط میں ذکر کیا کہ میرے پاس ہمزاد ہے جو میرے تابع ہے اور میں اس سے کام بھی لیا کرتا ہوں۔ میں

نے ان کے اس نوازش نامہ پر انہیں "بے نقط" سنائیں۔ میں اس وقت ہمزاد کا قائل نہیں تھا۔ میرے خیال میں عالمین حضرات کا یہ ایک پکھنڈ تھا۔ اس لئے میں نے ان کی اس روحانی قوت سے صاف انکار کر دیا۔ اور ان کی دل آزاری کی۔ مگر میں ایک پاک علم ان کو بے دریغ دے چکا تھا اور وہ میرے ممنون احسان تھے۔ اس لئے میری تلخ باتوں کو بڑی فراخ دلی سے برداشت کر کے مجھے لکھا کہ میں اپنے ہمزاد کا ثبوت دوں تب تو مانو گے؟

گرمی کا موسم تھا شاید جون کے دن تھے۔ رات کو میں اپنے گھر کے آگن میں چارپائی پر لیٹا تھا کتاب سرخاب الرمل میں سے کوئی چیز دیکھ رہا تھا کہ پڑھتے پڑھتے نیند آنے لگی۔ کتاب اپنے سر ہانے کے نیچے رکھ کر سو گیا۔ ابھی کئی کئی نیند میں ہی تھا کہ دو چمکا ڈریں میرے اوپر آ کیں گریں اور میں تڑپ کر اور چونک کر اٹھ بیٹھا، بالکل چمکا ڈریں تھیں کیونکہ ایک چمکا ڈر سینے پر گری اور دوسری پیٹ پر۔ لا حول ولا قوۃ الا باللہ۔ سخت پریشان ہو گیا، اللہ خیر کرے۔ چمکا ڈر دل کا گرنا کوئی اچھا شگون تو نہیں۔ کافی وقت پریشانی میں پڑا رہا اور آخر سو گیا۔ صبح ہوئی میں نے سر ہانے کے نیچے سے سرخاب الرمل اٹھانے کا ارادہ کیا۔ مگر کتاب موجود نہ تھی۔ میری بات اور بھی پریشانی کا سبب بن گئی۔ میں نے پورے بستر کو الٹ پلٹ کر دیکھا، مگر کتاب نہ ملی۔ ہوش نے کہا کہ تم نے سر ہانے رکھی تھی۔ ویسے بستر تھے کسی اماری میں رکھ دی ہوگی۔ بھول سے کتاب کرا۔

پوچھا مگر لاٹھی کا جواب ملا۔ اسی پریشانی کے عالم میں ہمزاد کے اپنے کلینک میں آ گیا۔ وہاں بھی میں نے ضرورت کی کچھ کتابیں رکھی ہوئی ہیں۔ ان کو اسٹ پلٹ کر دیکھا مگر کتاب ہوتی تو ہلتی۔ وہ پہرہ کو واپس آیا تو اپنی ساری لائبریری چھان ماری مگر کتاب نہ ملی۔ رات ہو گئی منشاء کے بعد سونے کی تیاری کر رہا تھا کہ پھر دو چمکا ڈریں مجھ پر آ کر گریں اور میں تڑپ کر چارپائی سے اتر کر زمین پر کھڑا ہو گیا۔ یہ دوسری رات میرے لئے بڑی پریشان کن تھی۔ کتاب کے گم ہونے کے خیال میں اور چمکا ڈروں کے بار بار گرنے سے میں نگر مند تھا، کافی رات تک نیند نہ آئی۔ صبح دیر سے جاگا۔ جاگتے ہی سر ہانے کے نیچے سے کتاب مل گئی۔ لا حول ولا قوۃ الا باللہ۔ عجیب معاملہ تھا جو میری سمجھ میں نہ آ سکا۔ سارا دن اس کتاب کو تلاش کیا، نہ ملی اور اب بستر پر ہی مل گئی۔ دن بھر اس بات کو سوچتا رہا مگر سوچ نے جواب دے دیا۔ دوستوں اور گھر والوں سے ذکر کیا۔ سب نے واہم پر معمول سمجھا۔ بات گزر گئی، ہفتہ ہو گیا کہ اچانک قاضی زاہد حسین مرحوم کا خط آ گیا لکھا تھا۔

بیٹے! اب تو مان لو گے کہ میرے پاس ہمزاد ہے۔ آپ کی کتاب سرخاب الرمل پر اگر میرے دستخط لگے ہوں تو یقین کر لینا کہ میں نے اٹھوائی تھی خط ملتے ہی کلینک سے بھاگ بھاگ سیدھا گھر آیا۔ سرخاب الرمل اٹھائی اس کے پہلے ہی ورق پر نیلی سیاہی سے زاہد حسین لکھا تھا۔ تعجب کے عالم میں اقرار کیا کہ فی الواقع یہ قوت انسان کی تسخیر میں آ سکتی ہے۔ جس امر کا

انکڑی تھا قاضی صاحب نے اس کا غلطی ثبوت دے کر مجھ سے اس کا اقرار کرایا۔

اب میں نے خط پر خط لکھنا شروع کیا کہ بھائی! میں مان گیا، میں ہار گیا۔ میری مجال ہے کہ اب انکار کروں، مگر مجھے عمل ضرور دیکھئے۔ مجھے انہوں نے بڑی فراخ دلی سے عمل پیش کر دیا۔ مگر افسوس کہ دن رات لوگوں کے گھسان میں گھرا رہا۔ دوستوں کی بزم کی گھاگھی اور مرینوں کی دیکھ بھال میں میں اس عمل کو اب تک نہ کر سکا۔ البتہ اس عمل کی صحت پر مجھے کوئی شک نہیں۔ قاضی صاحب کو میں نے علم جعفر پڑھایا تھا اور انہوں نے اس احسان کا بدلہ مجھے بیش قیمت عمل سے دیا۔ اب قاضی صاحب مرحوم اس دنیا میں نہیں ہیں۔ مگر میں ان کے عملیاتی کارناموں کا قائل ہوں۔ وہ فی الواقع صاحب کمال مرد تھے۔ آج برسوں کے بعد قاضی صاحب کی روح سے معذرت کے ساتھ وہ عمل رسالہ فلکیات کی نذر کر رہا ہوں اس پر ہر

تک کرنا کفرانِ نعمت ہے۔

تشریح عمل

ایک مکان ایسا تجویز کریں کہ سوائے عامل کے اس میں دوسرا کوئی شخص نہ جائے۔ ترک حیوانات جلالی و جمالی کر کے اس مکان میں داخل ہو جائیں اور زمین پر دائرہ کھینچ لو اور سورۃ الحمد شریف اور ہر چہار قل

د ک ۱۱ ۲۰ ۱۱ کوئی

مسئلہ اوبان اور غطر جلا کر گیارہ مرتبہ درود شریف کے اول سورۃ یاسین پھر سورۃ فاتحہ اور سورۃ توبہ پڑھ کر صرف ۵۰ بار ان اللہ علیٰ کلے شئی قدیر پڑھیں۔ اس کے بعد بارہ علم میں سے الحمد سے لے کر سورۃ الہاک تک پڑھیں۔ وہ قہیفہ ختم ہوا۔

اسی جگہ مسئلہ پر سو جائیں جہاں عمل پڑھا۔ تیسرے دن سے ڈرائی شکلیں نظر آنا شروع ہوں گی۔ سلیہ لیے آدمی ہاتھ میں تلواریں لئے نظر آئیں گے۔ لیکن خوف نہ کرو۔ تمہیں کوئی تکلیف نہ ہوگی۔ پانچویں دن ایک شخص آئے گا اور تم کو شربت کا پیالہ پلائے گا۔ یہ عمل پورا ہونے کے آثار ہیں۔ آپ اب عامل ہو گئے ہیں۔ کوئی کام ہو، ان اللہ علیٰ کلے شئی قدیر پڑھیں۔ آواز آئے گی کیا چاہتے ہو؟ آپ اپنا مقصد بیان کر دیں مقصد فی الفور پورا ہوگا۔ لیکن نظر کوئی شے نہ آئے گی۔ صرف محسوس ہوگا کہ ساتھ کوئی اور بھی ہے۔ بات کا جواب آپ سن سکیں گے۔ مگر دیکھ نہ سکیں گے۔ چونکہ قاضی صاحب مرحوم نے مجھے اس عمل کی اجازت دے دی تھی اس لئے میں اپنی طرف سے ہر صاحبِ ذوق کو عمل ہذا کی اجازت دیتا ہوں۔ آپ کامیاب ہو جائیں تو میرے حق میں دعا لئے خیر ضرور فرمائیں۔

ایک مشکل مگر مفید ترین مشق

دائمی نزلہ زکام، کھانسی، گلے کی گونا گوں خرابیوں، سل و دق، پائوریہ، بعات کی کمزوری، بہرین، کان کی پھنسیوں اور سر کی دیگر تکلیف کے لئے ایک مشق کا بیان "یوگ" نے کیا ہے۔ یہ جس قدر مفید ہے اسی حد تک مشکل بھی ہے۔

اس میں شک نہیں کہ اس مشق کے فوائد یقینی ہیں اور یہ مشق متذکرہ بالا امراض کا نہایت کامیاب علاج ہے۔ مگر ابتداء میں جس کراہت اور تکلیف سے واسطہ پڑتا ہے وہ طبیعت پر بہت گراں گزرتی ہے۔ چار پانچ دن کی تکلیف سہہ کر اگر اس مشق کو ایک مہینہ بھر کر لیا جائے تو اس میں شک نہیں ہے کہ متذکرہ بالا تمام امراض کے لئے اس سے بڑھ کر کوئی نسخہ ہے نہ عمل۔

ہیں اکثر دماغی تکلیف کا مریض رہا کرتا تھا۔ بہت زیادہ مطالعہ کے باعث دماغی کمزوری نزلہ زکام، کھانسی اور کئی بعات کی شکایت تھی۔ میں نے اس مشق کے ابتدائی مراحل کو بڑی تکلیف سے برداشت کیا اور طبیعت پر حیر کر کے کیا اور صرف دو ہفتہ کی مشق کے بعد ہی

مجھے نزلہ زکام اور ضعف بعات کی تکلیف پھر کبھی نہیں ہوئی۔ اس میں شک نہیں کہ مندل سرور کے لئے مفید ہے مگر اس کا گھسنا بھی تو سرور ہے، مگر کیا کیا جائے جس تکلیف کے بعد بیسیوں راتوں کی توقع ہو اسے برداشت کرنے میں مصائقہ ہی کیا ہے؟

سوت کا ایک ٹاکا اس مقدمہ کے لئے تیار کریں۔ مگر جو سرے سے باریک ہو، شکل یہ ہو۔

اس ٹاکے کو تیار کر کے گھسی ہوئی موم میں غوطے دیں تاکہ دھاگا پیر موم کی ایک تہ چڑھ جائے۔ اس تہ چڑھانے کا مقصد یہ ہے کہ دھاگا نرم ہو جائے اور تکلیف نہ دے سکے۔

یہ دھاگا آپ کے لئے شفا بخش اثرات کا حامل ہے اسے محفوظ مقام پر رکھ دیں اور جب استعمال کرنے کی ضرورت ہو اسے کسی اینٹی سپٹک لوشن میں غوطہ دے دیں تاکہ اس کے اوپر جو جراثیم ہوں وہ تلف ہو جائیں اینٹی سپٹک ادویہ میں سب سے بہتر دوا پولیٹاشی پرنیگنٹ کا لوشن ہے جسے طبی اصلاح میں کانڈی لوشن کہتے ہیں۔ یہ ایک سیاہ دانہ دار عام مشہور دوائی ہے جسے پانی میں گھولنے سے پانی نیلے رنگ کا ہو جاتا ہے۔ عام طور پر دندان ساز اس دوا کو کٹی کرنے کے لئے استعمال کرتے ہیں۔ بس اس دوائی کو تھوڑے پانی میں شامل کر کے اس لوشن میں دھاگے کو ڈوب دیں تاکہ جراثیم کش اثرات سے دھاگا محفوظ ہو جائے۔

ایک مشکل مگر مفید ترین مشق

داخلی نزلہ زکام، کھانسی، آنکھ کی گونا گوں خرابیوں، سل و دق، پیٹوریا، بصریت کی کمزوری، بہرین، کان کی پینسیون اور سر کی دیگر تکالیف کے لئے ایک مشق کا بیان "یوگ" نے کیا ہے۔ یہ جس قدر مفید ہے اسی حد تک مشکل بھی ہے۔

اس میں شک نہیں کہ اس مشق کے فوائد یقینی ہیں اور یہ مشق متذکرہ بالا امراض کا نہایت کامیاب علاج ہے۔ مگر ابتداء میں جس کراہت اور تکلیف سے واسطہ پڑتا ہے وہ طبیعت پر بہت گراں گزرتی ہے۔ چار یا پانچ دن کی تکلیف سہہ کر اگر اس مشق کو ایک مہینہ بھر کر لیا جائے تو اس میں شک نہیں ہے کہ متذکرہ بالا تمام امراض کے لئے اس سے بڑھ کر کوئی نسخہ ہے نہ عمل۔

میں اکثر دماغی تکالیف کا مریض رہا کرتا تھا۔ بہت زیادہ مطالعہ کے باعث دماغی کمزوری نزلہ زکام، کھانسی اور کئی بصریت کی شکایت تھی۔ میں نے اس مشق کے ابتدائی مراحل کو بڑی تکلیف سے برداشت کیا اور طبیعت پر چیر کر کے کیا اور صرف دو ہفتہ کی مشق کے بعد ہی

مجھے نزلہ زکام اور ضعف بصریت کی تکلیف بھر کبھی نہیں ہوئی۔ اس میں شک نہیں کہ منقول سرور کے لئے مفید ہے مگر اس کا گھٹنا بھی تو سرور ہے مگر کیا کیا جائے جس تکلیف کے بعد بیسیوں راتوں کی توقع ہوا سے برداشت کرنے میں مصالغہ ہی کیا ہے؟

سوت کا ایک تانکا اس مقصد کے لئے تیار کریں۔ مگر جو سرے سے باریک ہو، شکل یہ ہو۔

اس تانکے کو تیار کر کے گھلی ہوئی موم میں غوطے دیں تاکہ دھاگا پر موم کی ایک تہ چڑھ جائے۔ اس تہ چڑھانے کا مقصد یہ ہے کہ دھاگا نرم ہو جائے اور تکلیف نہ دے سکے۔

یہ دھاگا آپ کے لئے شفا بخش اثرات کا حامل ہے اسے محفوظ مقام پر رکھ دیں اور جب استعمال کرنے کی ضرورت ہو اسے کسی اینٹی سپٹک لوشن میں غوطے دیں تاکہ اس کے اوپر جو جراثیم ہوں وہ تلف ہو جائیں اینٹی سپٹک ادویہ میں سب سے بہتر دوا پولوٹاشی پرنیگنٹ کالوشن ہے جسے طبی اصلاح میں کانڈی لوشن کہتے ہیں۔ یہ ایک نیا دوا دار عام مشہور دوائی ہے جسے پانی میں گھولنے سے پانی نیلے رنگ کا ہو جاتا ہے۔ عام طور پر دندان ساز اس دوا کو کھلی کرنے کے لئے استعمال کرتے ہیں۔ پس اس دوائی کو تھوڑے پانی میں شامل کر کے اس لوشن میں دھاگے کو دو لوشن تاکہ جراثیم کش اثرات سے دھاگا محفوظ ہو جائے۔

احتیاط

ایک دور پورا کرنے کے بعد نمک لے پانی سے ناک کو صاف کریں۔ اور تھوڑی دیر بعد اگر دوسرے دھوکے کی ضرورت پڑے تو وقفہ کریں۔

دور پورے کر چکنے کے بعد بارام روغن ناک میں ڈپکائیں۔ بارام روغن ناک میں ڈالنا اشد ضروری ہے تاکہ دھواگے کی خراش کا اثر دور ہو جائے۔

ناک کو اچھی طرح صاف کریں۔ ناک میں سترا تر پانی ڈالیں تاکہ ناک صاف ہو جائے۔ اشد نام ہے کہ دھواگے کا باریک مر ایکسٹنٹ میں داخل کر دیں۔ دھواگا آخر سامنے سے اگرچہ تکلیف بہت ہوگی چھنکیں آئیں گی۔ ناک میں سخت سر مر اہستہ ہوگی۔ طبیعت کراہت کر سہے گی۔ مگر طبیعت پر زور دے کر دھواگا اندر کر دیں اور حلق تک پہنچا دیں۔ دھواگا جب حلق میں پہنچ جائے تو دو انگلیوں کی مدد سے دھواگے کو پکڑ کر منہ کے راستے آہستہ آہستہ باہر کھینچ لیں۔ اس طرح۔ ستہ دور نہ ہتھکڑیاں دیا اور داخل کر لے منہ سے باہر نکال لیں۔ یہ ایک دور ہو۔ اتنی طرح ستہ روزانہ ایک دور کی مشق کریں۔ جب طبیعت بر راشت کر جائے تو ہزار ہا صبح صبح ۳۲ دور اس مشق کے کر لیا کریں۔ آپ حیرت میں ڈوب جائیں گے جب کہ سر کے جملہ امراض کے لئے اس سے بہتر نسخہ آپ کو طبیب نہیں مل سکے گا۔

سل درق کا شدید ترین مریض بھی اس مشق سے شفا حاصل کر سکتا ہے۔ معمولی کھانسی، نزلہ زکام اور گلے و ناک کے مریض چند دنوں میں صحت یاب ہو جاتے ہیں۔ دانت مضبوط ہو جاتے ہیں۔ ماسکھورہ دور ہو جاتا ہے۔ بہرا پن دور ہو کر صاف سنائی دیتا ہے۔ اگر مستقل طبع پر ایک سال تک یہ مشق دہرائی جائے تو سر کے سفید بال سیاہ ہو جاتے ہیں۔ قارئین سے استدعا ہے کہ آپ اس مشق سے ضرور نالامہ اٹھائیں۔

ناک کو اچھل کر صاف کرے۔ ناک میں متواتر پانی ڈالیں تاکہ
 ناک صاف ہو جائے۔ اللہ کا نام لے کر دھاگے کا باریک برا ایک نکتے
 میں داخل کر دیں۔ دھاگا اندر جانے سے اگرچہ تکلیف بہت ہوگی ہینکس
 آئیں گی۔ ناک میں سخت سرسراہٹ ہوگی۔ طبیعت کراہت کرے گی۔
 مگر طبیعت پر زور دے کر دھاگا اندر کر دیں اور حلق تک پہنچا دیں۔
 دھاگا جب حلق میں پہنچ جائے تو دو انگلیوں کی مدد سے دھاگے کو
 پکڑ کر منہ کے راتے آہستہ آہستہ باہر کھینچ لیں۔ اسی طرح ست دورے منتہی میں
 دھاگا داخل کر لے۔ نہ تھکنا ہوا۔ ایسا دورہ ہوا۔ اسی طرح ست
 روزانہ ایک دور کی مشق کریں۔ جب طبیعت برداشت کر جائے تو روزانہ
 صبح صبح ۳۱۲ دور اس مشق کے کر لیا کریں۔ آپ حیرت میں ڈوب جائیں
 گے جب کہ سر کے جملہ امراض کے لئے اس سے بہتر نسخہ آپ کو طب میں نہ مل
 سکے گا۔

سل ورق کا شدید ترین مریض بھی اس مشق سے شفا حاصل کر سکتا
 ہے۔ معمولی کھانسی، نزلہ، زکام اور گلے و ناک کے مریض چند دنوں میں
 صحت یاب ہو جاتے ہیں۔ دانت مضبوط ہو جاتے ہیں۔ مابین بخورہ
 دور ہو جاتا ہے۔ بہرا پن دور ہو کر صاف سنائی دیتا ہے۔ اگر مستقل طور
 پر ایک سال تک یہ مشق دہرائی جائے تو سر کے سفید بال سیاہ ہو جاتے
 ہیں۔ قارئین سے استدعا ہے کہ آپ اس مشق سے ضرور فائدہ اٹھائیں۔

احتیاط

ایک دو بار پورا کرنے کے بعد نمک ملے پانی سے ناک کو صاف
 کریں۔ اور تھوڑی دیر بعد اگر دوسرے دور کی ضرورت پڑے تو
 وقفہ کر لیں۔

دور پورے کر چکنے کے بعد باوام روغن ناک میں ٹپکائیں۔ باوام
 روغن ناک میں ڈالنا شد ضروری ہے تاکہ دھاگے کی خراش کا اثر دور
 ہو جائے۔

عورتوں کی ہر تکلیف کے لئے ۱۳ بار لکھ کر گلے میں ڈال دیں۔
 اور ۱۳ بار لکھ کر پلا دیں۔
 جو مرض اطباء کی سمجھ میں نہ آئے۔ بعض نماز مغرب اس بیمار کے
 نام کے اعداد کے مطابق یا اللہ لکھ کر اس نقش کو سر پہانے کے نیچے
 رکھ کر سو جائیں۔ رات کو خواب میں اس مرض کی ایسی صحیح تشخیص
 ہوگی جس کے سامنے دنیا بھر کے تمام آلات تشخیص عاجز ہوں گے۔
 میں خدا کے فضل و کرم سے اس عمل کا ۲۲ سال سے عامل
 ہوں اور تعجب خیز تاثرات دیکھ کر خدا کا شکر بجالاتا ہوں۔

میری طبی زندگی کا پچوڑ

ہومیوپیتھی دوائی

کالی بروٹیم ۳۰۰ چہرے کے داغوں، پھنسیوں، کیلون کو دور
 کر کے چہرہ کی ہر قسم کی بد صورتی کو دور کرنے کے لئے اس کے مقابلے
 میں ہر قسم کی کریمیں اور دیگر ادویہ عاجز ہیں۔
 مقدار خوراک

۵ گرین صبح، دوپہر، شام پانی کے ساتھ ہفتہ یا عشرہ کا استعمال
 از بس کافی ہے۔

جھپکسا کے داغ چہرہ کو بد نما کر دیتے ہیں۔ انہیں بھی سورت لازیب
 ہو جاتی ہے۔ جھپکسا کے داغ مٹانے کے لئے سار سینہ پیورا
 ۶ طاقت دوائی ۵ قطرے ڈسٹلڈ واٹر حسب ضرورت میں ملا کر صبح و
 شام استعمال کریں۔ دن بدن داغ مٹتے چلے جائیں گے۔ مہینہ ڈیڑھ مہینہ استعمال
 کر لینے کے بعد چہرہ پر تازگی دوڑ جائے گی اور داغ بالکل مٹ جائیں گے۔
 ۴۔ بھینگلی آنکھوں کو خوب سورت اور مساوی النظر کرنے کے لئے،

آرٹھم ہاٹریکم ۲۰۰ بہت مفید ہے۔ ۵ قطرے ہر دو سورت دن پانی کے اندر استعمال کریں۔ چوبیس گھنٹوں کے بعد ایک خوراک کافی ہے۔

۳۔ ایک عیاش خاوند کی درستی ہراج کے لئے فلورک ایسٹر ۴۴ کی صرف ایک خوراک ۲ گولی اسے راہ راست پر لانے کے لئے کافی ہے۔ گولیاں میٹھی اور لذیذ ہوتی ہیں۔ پانی اور دودھ میں آسانی سے حل ہو سکتی ہیں۔ ۲ گولی کھلا دینے کے بعد اسے عیاشی سے نفرت ہو جائے گی اور دن بدن اس کے دل میں شرافت آتی جائے گی۔

۵۔ شکی مزاج عورت یا مرد کا شک توڑنے کے لئے بیکس ۲۰ کی گولیاں رات کا موجب ثابت ہوتی ہیں۔ شکسار قہ کرنے کے لئے اس سے بہتر روحانی علاج شاید اللہ کی کلام میں ہوگا۔

۶۔ چوری کی عادت چھڑانے کے لئے ٹرنٹول ۵۔ ۵ قطرے دن میں ۲ بار ہفتہ بھر کھلا دیجئے۔ جو بچہ چوری کا عادی ہوا اسے اس دوائی کے استعمال کے بعد کبھی چوری میں نہ پکڑا جائے گا۔

اکسیر

ایک وہ بھی زمانہ تھا کہ ریٹا درد کا نسخہ حاصل کرنے کے لئے مہینوں صاحب نسخہ کے پاؤں دابنا پڑتے تھے۔ اور گل گھوٹو کے کٹی حملوں کے بعد صاحب نسخہ اپنے خدمت گار پر عنایت خسروانہ فرمایا کرتے تھے۔ اسی قبیل کے کئی بزرگ آج بھی دنیا میں موجود ہیں۔ جو اپنے مخصوص نسخوں اور علییات کو اپنے گناہوں کی طرح پھپھائے پھرتے ہیں۔

مگر دنیا اب ایک اور مقام پر پہنچ گئی ہے۔ سائنس کا دور دورہ ہے۔ نہیں اپنے خزانے اگل رہی ہے۔ آئے دن سائنس کے کرشمے آنکھوں کو خیرہ کر رہے ہیں۔ کشتِ استاد و ظہورِ انوار پر مشیتِ ایزدی مائل نظر آتی ہے۔ آج اس زیموسنت انقلابی دور میں نخل کا غلہ پست کرنے کے لئے بڑی وسیع السطری کی ضرورت ہے۔ ذیل کا نسخہ اگر میں شائع نہ کرتا تو دنیا اس کے فوائد سے کبھی مستفید نہ ہو سکتی۔ یہ نسخہ اکسیر ہے بلکہ اکسیر الاکسیر ہے۔ لوگ اعلیٰ دھاتوں کو زہرِ جعفری بنا دینے کے لئے عربی فنانے کر رہے ہیں۔ آؤ آؤ آج ایک جعفری تمہیں زہرِ جعفری بنانے کا فارمولہ بتا رہا ہے۔

یہ نسخہ نہیں بلکہ روح حیات ہے، معدنِ نحت ہے اور معدنِ حیات ہے۔ اس زمانہ میں جبکہ اکثر امراض کو علاج بتایا جاتا ہے یہ نسخہ ان لاعلاج امراض کا شافی و کافی علاج ہے۔

ذیابیطس شکرہ کے لئے ۳ خوراکیں کافی ہیں۔ پیکیکریاس میں نئی زندگی پیدا ہو جاتی ہے اور وہ اس قابل ہو جاتے ہیں کہ قدرتی طور پر انسولین پیدا کرنے کا فعل سرانجام دے سکیں۔

فالج نقوہ اور دھڑنگ کے لئے ۵ خوراک از بس مفید ہیں۔

اس نسخہ کا پہلے پہل تجربہ میں لے ایک ایسے کتے پر کیا جو مغلوج تھا۔ اس کی پچھل دونوں ٹانگیں فالج کے سبب بالکل ناکارہ ہو چکی تھیں اور اور اس کا پچھلا دھڑ زین بر گھٹتا رہتا تھا۔ میں نے اس کتے کا ایک ہیر روٹی کے ٹکڑے میں رکھ کر اس کتے کو کھلا دیا۔ اور پھر ایک ہفتہ عشرہ کے اسے دیکھا تو وہی مغلوج کتا بازار میں دوڑتا پھرتا تھا۔

سل درق کے لئے اس کے مقابلے کی دوائی ایسی ایلو پیتھی میں ایجاد نہیں ہوئی۔ جو سہول اور لائق اسے استعمال کر لے۔ اس شخص کی نسل میں سل درق کبھی نہ ہوگا۔

میں نے اس اکسیر کو اپنی زندگی میں صرف ایک بار بنایا۔ اور اس اکسیر ہزاروں انسانوں کو فالج، دق و سل، ذیابیطس سے نجات دے گئی۔ دوبارہ اس اکسیر کو نہ بنا سکا۔ اس اکسیر کو لاکھوں روپے کمانے کے لئے میں نے نہیں بنایا تھا۔ بلکہ نجاتِ اخروی کے لئے بنایا تھا۔

تھا۔

یہ اکسیر جہاں ہزاروں مفتوح لائقوں انسانوں کو تندرست کر گئی وہاں کئی قطعی ناکارہ مردوں کو بھی جوان کر گئی۔ اس اکسیر میں ایک ماشہ ہیرا خالص پڑتا ہے اور مجھ جیسے قلندر اور فاتح مست انسان کے لئے ایک ماشہ ہیرا مہیا کرنا مجھے شیر لاسنے کے مترادف تھا۔ مگر طبیعت اس اکسیر کو بنانے کے لئے دن رات بے چین تھی۔

۲۱۹۹۲ میں اللہ کے ایک نفس نیک نے مجھے ہیرا مہیا کرنے کا یقین دلایا۔ اور ایک ماہ بعد ہیرا میرے پاس آجھا گیا۔ اور میں نے ایک ماہینہ کے اندر اندر یہ اکسیر تیار کر لی۔ یہ نسخہ فالج، دھڑنگ، سل، دق نامردی و مردہ ذیابیطس کے لئے آخری اکسیر ہے۔

تشریح تیاری

ایک ماشہ ہیرا خالص لے کر اسے تیزاب فاروقی میں ایک سو بجھاؤ دیں۔ متواتر سو بجھاؤ دینے کے بعد الماس آسانی سے پس سکے گا۔

پارہ ایک ماشہ سونا، ماشہ اور ایک ماشہ سفوف الماس ڈال کر پان کے پتوں کے پانی میں تولہ میں کھول کریں۔ ٹکپہ بنا کر خشک کر کے اور گل حکمت کر کے ایک سیر اوپلوں کی آگ دے دیں اور ہر بار ایک ماشہ پارہ مصفی ملاتے رہیں۔ چھ سات بار پارہ اڑے گا۔ مگر اس کے بعد پارہ اڑنا بند ہو جائے گا۔ اور اسی طرح پارہ مل کر تے کرتے کشتہ کا وزن ایک تولہ ہو جائے گا اس

کے پیشی میں بند کر کے ۴۰ دنوں کے لئے زمین میں دفن کر دیں۔ اور
دنوں کے بعد استعمال کر سکتے ہیں۔

متداخر خاک بقدر ایک خشتی شش کھن، بالائی یا دودھ کے ساتھ
نقہ آلودہ کے دفعہ کے ساتھ استعمال کر سکتے ہیں۔

ایک ہفتہ سے قبل خوراک ہرگز استعمال نہ کریں۔ اس میں کوئی پرہیز

نہیں ہے بلکہ حد سے بڑھ کر بد پرہیزی کریں۔ بد پرہیزی کے باوجود اپنا

بیرا کام کرے گا۔

ارکاز توجہ

تھٹ ریڈنگ کے نظریات

کچھ عرصہ قبل اپنے قابل احترام بھائی سید سعادت علی شاہ صاحب کے
ساتھ لاہور میں جناب اشرف کمال صاحب کے ہاں جانے کا اتفاق ہوا
جناب کمال صاحب فی الواقع صاحب کمال انسان ہیں۔ اور تھٹ ریڈنگ
بدان کو بڑا مکمل حاصل ہے۔ کمال صاحب سے ملنے کا یہاں موقع تھا اور میں
لئے والوں کے درمیان ایک کرسی پر خاموشی سے بیٹھ گیا۔

۲ منٹ کے اندر ہی کمال صاحب بڑی سرعت سے اٹھے اور میری طرف
بات بڑھاتے ہوئے فرمایا: "جفار، بادشہ جفار، جعفر کا بادشہ"
ان کئی الفاظ میں عزت افزائی کے لئے کچھ کم نہیں تھے کہ پورے
مجمع کا رخ میری طرف ہو گیا۔ میں کافی دیر تک ان کی بزم میں روحانیت
سے متور رہا اور جب واپس شور کوٹ پہنچا تو اسی "تھٹ ریڈنگ" کے
تاثرات دماغ میں موجود تھے۔

رات کو خواب میں کسی عظیم ہستی کا شرف ملاقات نصیب ہوا
انہوں نے فرمایا: "عباس! تمہارے لئے یہ کوئی بڑی بات نہیں ہے۔
کچھ دن محنت کر لو تو یہی طاقتیں تم میں بھی آجائیں گی۔"

اس عظیم ہستی کے ارشاد پر میں نے حسب ارشاد ریاضت شروع کی۔ ابھی ریاضت کو ۳۰ ماہ ہی گزرے ہوں گے کہ ایک دن میں اپنے شہر کے ایک محلے سے گزر رہا تھا۔ دماغ پر القاء ہوا کہ فلاں مکان میں لڑائی ہو رہی ہے۔ اور فی الواقع جب اس مکان کے سامنے سے گزرا تو گالی گلوچ اور دھینگا مٹتی ہو رہی تھی۔

ایک دن میں اپنے کلینک میں موجود تھا کہ القاء ہوا۔ ایک دماغی مریض نلع مظفر گڑھ سے لایا جا رہا ہے۔ اسے راؤد لفسیا سپرینٹا اور آسٹیکم الہم دے دو۔ چنانچہ ۲۰ منٹ کے بعد ۱۳ اشخاص مریض کو کپڑے کے کلینک میں داخل ہوئے اور میں نے آتے ہی انہیں کہا کہ اسے دماغی عارضہ ہے۔ اور آپ مظفر گڑھ سے آئے ہیں۔ اور سچ ماننے لگا کہ مذکورہ ادویہ کے دو ہفتے کے استعمال سے اس کو کھلی آرام آگیا۔ ایک دن یک دم القاء ہوا کہ ایک عورت کے طلانی زیورات کی چوری ہو گئی ہے۔ اور ان زیورات کی چور اس سائلہ کی بند جنت نامی عورت ہے۔ قصور ڈی ڈیر میں وہ سائلہ آگئی۔ ابھی بیٹھنے بھی نہ پائی تھی کہ میں نے کہہ دیا۔ بل بل از زیورات چوری ہو گئے ہیں اور ان کو چرانے والی تمہاری بند جنت نامی ہے۔ پاس بیٹھے ہوئے لوگ پھر ہلکے اٹھے۔ اور وہ عورت تڑپ کر میرے قدموں میں گر پڑی۔

ایسے ہی واقعات ہر آٹے دن پیش ہوتے رہتے ہیں۔ مگر یہ میرا کمال نہیں ہے بلکہ اس ریاضت کا کمال ہے جو مجھے خواب میں القاء ہوئی تھی۔

علم جعفر سے اجازت لے کر اس ریاضت کو رسالہ نکلیات کے سہارے کر رہا ہوں۔ آپ بھی فائدہ اٹھائیے۔

طریق ریاضت

یکسوئی حاصل کریں۔

یہ فقرہ اگرچہ ایک مختصر سا فقرہ ہے مگر اس میں بہت زیادہ وسعت ہے۔ یکسوئی اور اس قدر یکسوئی کہ آپ اپنے من میں ڈوب جائیں۔ اور اس طرح کی یکسوئی حاصل کرنے کے لئے آپ میری بیان کردہ سابقہ مشقوں میں سے کوئی بھی مشق کر لیں۔ میرے خیال میں شمع جیتی سب مشقوں میں سے بہتر اور مفید ثابت ہوگی۔

بس جناب یکسوئی حاصل کریں۔ رات کے گہرے سناٹے میں۔ دنیا جب کہ محو خواب ہو۔ ہو گا عالم ہو اور گہری خاموشی چھائی ہوئی ہو۔ اس وقت چھ سات بار گہرے سانس لے کر طبیعت میں سکون پیدا کریں۔ اور اپنے دماغ کو ایک سیاہ کوٹھڑی تصور کریں تنگ و تاریک کوٹھڑی۔ اور اپنے دماغ کی اس تنگ و تاریک کوٹھڑی میں آپ اپنے آپ کو کھڑا کر دیں۔ مگر ایک لمحہ کے لئے بھی آپ کو یہ خیال نہ آئے کہ آپ اپنے بستر پر بیٹھے ہیں یا اپنے گھر میں موجود ہیں۔ اس کوٹھڑی میں موجود ہونے کا تصور اتنا پختہ ہو کہ آپ فی الواقعہ محسوس کریں کہ وہاں دماغ کا کوٹھڑی ہے۔ کھڑے ہوں۔ اور اپنی پیشانی کو اس

کوٹھڑی کی ایک دیوار مقصور کر کے مقصور کی انگلی سے اس دیوار پر اللہ
 لکھیں۔ مگر اتنا جامع کرنی الواقعہ آپ کو اللہ دکھا ہوا نظر آنے لگ جائے
 اور آپ یہ خیال کریں کہ کوٹھڑی تنگ و تاریک ہے مگر اسم جلالہ اللہ
 میں اتنی روشنی ہے کہ اس کی شعاعوں سے کوٹھڑی نور سے جگمگا اٹھی ہے۔
 جب آپ کے مقصور میں اتنا زور پیدا ہو جائے گا اور آپ دماغ کی کوٹھڑی
 میں اللہ لکھ کر اس میں نور بھر دیں گے تو آپ اس وقت استعراق
 میں ہوں گے اور آپ پر بڑی محویت طاری ہوتی جائے گی۔

یہ بہ مشق جیسے عبادت کہو تو عبادت ہے اور ریاضت کہو تو ریاضت ہے
 ذرا ۲ ماہ تک اس ریاضت کو کر کے نتیجہ سے مجھے بھی مطلع فرمائیں۔ اس ہر
 میں یقیناً آپ خیال خوانی میں ماہر ہو چکے ہوں گے۔

یہ ہے وہ ریاضت جسے میں عین اسلامی ریاضت کہنے کو تیار ہوں۔
 اب آئیے مغربی ممالک کے سائنس دانوں، مفکرین اور فلسفیوں
 نے جو مشق اس نعمت میں پیدا کی ہے ذرا اسے بھی ملاحظہ کر لیں اور پھر ان
 دو طریقوں میں سے جس طریقہ پر بھی آپ کی طبیعت تھے اسی پر عمل پیرا ہوں
 کر نامہ اٹھائیں۔

اپنے کسی ہوشیار دماغ دوست کو مشق کے دوران اپنا ساتھی منتخب
 کریں جو صحیح دماغ ہو۔ ہوشیار ہو اور آپ کو صحیح راستہ دکھا
 سکے۔ آپ کا یہ دوست ٹرانسمیٹر مقصور ہو گا۔ اور آپ خود ریسیور
 (RECEIVER) ہوں گے۔

ٹرانسمیٹر (آپ کا دوست) دل ہی دل میں آپ کو پیغام دے گا۔
 اور اس کی ایٹری لہریں آپ کے دماغ سے ٹکرائیں گی۔ آپ ان ایٹری لہروں
 کی مدد سے اس کے پیغام کو صحیح طور پر حاصل کرنے کی کوشش کریں گے۔
 مشق کا وقت ایسا منتخب ہونا ضروری ہے جب ماحول پرسکون ہو
 گرمی زیادہ ہو اور نہ ہی سردی، شور و غل نہ ہو، تنہائی کا عالم ہو۔ آپ کا
 دماغ اور آپ کے ٹرانسمیٹر کا دماغ ہر قسم کے تفکرات سے پاک ہو کسی
 قسم کا ورثہ نہ ہو، کسی غیر کو اس مشق کے دوران آپ کے کمرہ میں آنے کی
 اجازت نہ ہو۔

آپ دونوں اس تنہائی اور سکون کے عالم میں کمرہ میں آرام کر سکیں
 پر بیٹھ جائیں۔ کمرہ تاریک نہ ہو، اور نہ ہی تیز روشنی ہو۔ "زیر" کا بلیب
 روشنی کے لئے کافی ہے یا موم بتی جلا لیں۔ آپ اور آپ کا دوست علیحدہ
 علیحدہ سانس لے کر طبیعت میں مزید سکون پیدا کریں۔ ہر قسم کے تفکرات
 سے آزاد ہو کر آپ آنکھیں بند کر دیں۔ اور آپ کا ٹرانسمیٹر دل ہی دل
 میں آپ کو کمرے کے کسی کونے میں جانے کا آرڈر دے۔

دربان سے آرڈر دہرانے کی ضرورت نہیں ہے (آرڈر دل ہی میں
 دہرائے اور آپ اتہانی سکون کے عالم میں کھڑے ہو کر ٹرانسمیٹر کے
 خیالات کی لہروں کو حاصل کرنے کی کوشش کریں۔ اگر آپ کا دل و
 دماغ مکمل سکون میں ہو گا تو آپ اپنے دل میں ٹرانسمیٹر کے حکم کو سنیں
 گے۔ اور آپ کے دل پر اس کے آرڈر کا اتمام واجب طور پر ہو گا۔

آپ کے ٹرانسمیٹر کا اشارہ جس کو سننے کی طرف ہو گا آپ کا ٹرانسمیٹر
بھی مڑ جائے گا۔

اگر آپ غلط کو سننے کی طرف جا رہے ہیں تو آپ کا ٹرانسمیٹر دل ہی
دل میں اس فقرہ کو دہرائے "آپ غلط سمت جا رہے ہیں۔ دائیں یا بائیں
یا تھوڑا پیشت کی طرف رخ کر دیجئے۔"

مگر ٹرانسمیٹر کا ہر آرڈر پُر و ثوق ہونا لازمی ہے۔ ایسا آرڈر جس میں
گمان کا شائبہ تک نہ ہو مستحکم ارادے سے اور اٹل فیصلے سے حکم صادر کرے۔
اگر آپ کے ٹرانسمیٹر کا آرڈر کمزور ہو گا تو آپ قطعی کامیاب نہ ہو سکیں گے۔
اس مشق کو یہاں تک دہرائیں کہ آپ اپنے ٹرانسمیٹر کی تہی آواز کو الہامی،
کافوں سے بخوبی سن کر اس کے ہر حکم کی صحیح پیروی کرنے لگ جائیں۔ مگر
آپ کو پہلے پہل متواتر ناکامیاں ہوں بھی تو نگہ آنے کی بات نہیں ہے۔
متواتر مشقوں سے ایک دن ضرور ایسا آئے گا کہ آپ اپنے ٹرانسمیٹر کے
ہر حکم کو سن سکیں گے اور اس کی بتائی ہوئی سمت کی طرف آسانی سے
جاسکیں گے۔

- ۲۔ اس کے بعد کمرے میں پڑی ہوئی موٹی موٹی چیزوں مثلاً میز،
کرسی، صوفہ وغیرہ کو ٹرانسمیٹر کے اشارات کی مدد سے تلاش کریں۔
- ۳۔ جب آپ اپنے ٹرانسمیٹر کے خفیہ اشارات کی مدد سے اپنے کمرے
کی موٹی موٹی چیزوں کو بآسانی تلاش کر لیں گے تو اس کے بعد چھوٹی چھوٹی
چیزوں کو تلاش کریں۔

مثلاً کوئی برتن، کوئی کتاب وغیرہ

اور جب آپ چھوٹی چھوٹی چیزیں بھی بند آنکھوں کے باوجود کمرے
میں سے تلاش کر لیں گے تو آپ یقیناً تقاضا ریڈنگ میں ماہر ہو چکے
ہوں گے۔ اور ہر وہ شخص جو آپ کے سامنے ہو گا۔ اس کا ہر راز آپ کے
دل پر انقار ہونے لگے گا۔

اس مقصد کے لئے ایک ٹرانسمیٹر اگر کمزور ضمیر آدمی کا ہے تو آپ اسے
بدل کر کسی اچھے تو مند، صاحب ہوش و خرد اور مفکر آدمی کا انتخاب کریں۔
جو اٹل فیصلے کے تحت آپ کو حکم دے اور اس کے حکم میں لغزش نہ ہو۔
ٹرانسمیٹر کبھی دل میں آپ کو حکم دے کہ مشرقی کو سننے کی طرف جاؤ مگر
اس کے دل میں خفیہ سی لہر اٹھے کہ نہیں مغربی کو سننے کی طرف جاؤ تو
یہ دو غلط آرڈر آپ کو کامیاب نہ کر سکے گا۔

ارکاز توجہ اور علم النفس

ابھی میرا چمن تھا یہی کچھ دس بارہ سال کی عمر ہو گئی کہ ہمارے
کیا بی خانمان کے ایک بزرگ ملتان سے تشریف لائے۔ سردی کا موسم
تھا۔ اور صاحب موصوف صرف بلبل کا ایک کڑے زیب تن کئے ہوئے
تھے۔ سردی کا یہ عالم تھا کہ گرم کپڑوں میں بھی عام آدمی تھر تھر کانپ رہتے تھے۔
ملتان کو ذرا برا بڑبڑ بھی سردی کا احساس نہ تھا اور پھر اس بدایا اور مزے
کی بات یہ ہے کہ سحری کے وقت یہ صاحب نہایا کرتے تھے اور سردی کے
موسم میں ان کے نہانے کا یہ اصول تھا کہ ۸-۹ کو رے گھٹے سر شام پانی
سے بہرا کر کھائے آسمان کے نیچے رکھوا دیتے۔ سحری کے وقت ان گھڑوں کا
پانی سردی کے باعث منجمد ہو چکا ہوتا اور وہ اس پانی سے غسل فرماتے۔
اس وقت یہ بات انتہائی تعجب خیز معلوم ہوتی تھی اور علاقہ بعد میں اس
بات کا پتہ چلتا کہ صاحب موصوف کی بزرگی اور ولایت ہی کا یہ کرشمہ
ہے کہ ان کو سردی نہیں لگتی۔

میں اس وقت بچہ ہی تھا اور اس بات کو انتہائی تعجب سے نہ کر سکتا۔
تھا۔ مگر جب علیم کا مطالعہ کیا اور مخدع کتابیں پڑھیں تو معلوم ہوا کہ سب

کچھ علم النفس کا کرشمہ ہے۔ علم النفس کے ایک ٹل میں یہ قوت موجود ہے کہ
انسان کو ہمایہ کی چوٹی پر بھی پسینے میں شرابہ نظر آئے اور سردی کا احساس
نک نہ ہو بلکہ جس چیز پر نظر بھر کے دیکھے اس چیز میں آگ لگا دے۔ اس
قسم کے ٹل گو، ذرا محنت طلب ضرور ہیں مگر عامل اگر کرے تو عجائبات کا
ظہور ہونا بعید از عقل نہیں ہے۔ یہ ٹل چند دنوں تک میں نے بھی کیا ہے اور
صرف چند یوم ہی میں میرے اندر اس غضب کی گرمی پیدا ہو گئی جو برسات
سے باہر تھی، غصہ مدت سے زیادہ بڑھ گیا، پیاس بڑھ گئی، بھوک مفقود
ہو گئی۔ مگر اس کے ساتھ اگر میں طبی طور پر ٹھنڈی چیزوں کا استعمال
جاری رکھتا تو یہ مصرت رسانی اثرات وارد نہ ہوتے۔ دوسری غلطی
مجھ سے یہ سرزد ہوئی کہ یہ ٹل انتہائی سرد موسم میں شروع کیا جائے تاکہ
بدن کی پیدا شدہ حرارت اور گرمی کو موسم کی ٹھنکی اعتدال پر لاسکے اور
میں نے یہ ٹل جون جولانی میں کیا تھا۔ اور اسی وجہ سے مجھے چند یوم
کے بعد ٹل ترک کرنا پڑا۔

آپ میں سے اگر کسی شخص کو اس ٹل کا شوق ہو تو سردی کے موسم
میں شروع کرے اور اس کے ساتھ ساتھ ٹھنڈی چیزوں اور مشروبات
کا استعمال بھی اشد ضروری ہے۔

اس ٹل سے تسخیر خلائق مدت سے زیادہ ہوتی ہے۔ ہر شخص مرغوب نظر
آتا ہے۔ دوست تو دوست دشمن بھی سلام کرنے پر مجبور ہو جاتا ہے۔
اس ٹل کے عامل سے آگہ ملا کر بات کرنا مشکل ہوتا ہے ہر شخص پر

اس کا رتبہ غالب ہوتا ہے۔ انسان تو انسان حیوان بھی اس کے سامنے مڑتا ہے
نقد میں جس شخص کی آنکھوں میں آنکھیں ملا کر دیکھا جائے وہ سرت پیر
بہن بچل کے موم ہو جائے۔

سب سے پہلے آپ کو آنکھیں بند کر کے سورج کا عکس دماغ میں لینا
ضروری ہوتا ہے اور جب آپ آنکھیں بند کریں تو ابھرتے ہوئے سورج کا
تصویر آپ کے ذہن میں ہو۔ اگر آپ کے شعیر نے سورج کا تصور قائم کر لیا
تو اس کے بعد آپ ٹل شروع کر دیں۔

پہلی رات کے وقت اٹھیں غسل کریں۔ تجدد و وضو کریں اور مشرق کی
طرف منہ کر کے میٹے پر یا بستر پر بیٹھ جائیں۔ شمسی سرجھلائیں۔ آنکھیں بند
رکھیں۔ خیالات کو عرف سورج کے تصور پر مرکوز کر دیں اور اس تصور کے
ساتھ ساتھ جس دم کریں جس دم میں سورہ والشمس کی تلاوت کریں اگر
دم گہرا جائے تو سانس آہستہ سے خارج کر دیں مگر سورج کا تصور قائم رہے
اور دل میں والشمس کی تلاوت جاری رہے۔ ابتدا میں آدھ گھنٹے تک
ریاضت کریں۔ اور دن بدن ریاضت کا وقت بڑھادیں۔ ایک گھنٹہ یا
دو گھنٹے تک رہتی کہ سورج طلوع ہو جائے۔ اس وقت ٹل بند کر دیں۔
میں مویا اس ٹل کو نماز پڑھ کر شروع کیا کرتا تھا۔ اور سورج طلوع ہونے
تک کیا کرتا تھا۔ مگر چند یوم کے اند ہی میری حالت میں غلبہ اور غصہ
جس سے زیادہ پیدا ہو گیا اور میں نے ٹل کو ترک کر دیا۔ مگر اس پیدا شدہ
روحانی حرارت کے اثرات اب تک موجود ہیں۔ آنکھوں میں وہی قوت ہے،

اگرچہ اس ٹل کو مکمل کرنے کے بعد ہفتہ عشرہ میں ایک بار دہراؤ ضروری
ہوتا ہے تاکہ ٹل تابو میں رہے اور میں نے آج تک دوبارہ نہیں کیا مگر
اس کے باوجود اثرات بدستور موجود ہیں۔

ایک اشاد بھی اس ٹل کا عجیب و غریب ہے کہ جب کسی امر کے
معلق معلوم کرنا مقصود ہو تو یکسوئی کے عالم میں آپ سورج کے تصور
کو ابھاریں۔ سورج کی روشنی میں آپ کے مطلوبہ امور کی وضاحت کی
تصویر ابھرے گی۔ گویا روحانی ٹیلیویشن کا یہ ایک بہت بڑا ٹل ہے۔
میں نے اکثر اپنے دور رہنے والے رشتہ داروں کو انتہائی صحیح
حالت میں اس روحانی ٹیلیویشن پر دیکھا ہے۔ ایک کامیاب ترین
ٹل حاضر خدمت ہے اس سے ضرور فائدہ اٹھائیں۔

اس ٹل سے جنسی قوت کا ایک طیفان سا اٹھ کھڑا ہوتا ہے۔ جو
انسانی قوت کے قبط سے باہر ہوتا ہے مگر ضبط کرنا اشد ضروری ہوتا ہے۔
اگر آپ اس پیدا شدہ قوت کو جنسی اختلاط سے ضائع کر دیں گے تو ٹل کا
اثر باطل ہو جائے گا۔ اس لئے لازم یہ ہے کہ سرد انویر سے اس انویر ہوں
جیسی قوت کو بدادیں اور اپنے آپ کو کنٹرول میں رکھیں۔ اگر آپ نے ضبط
کر لیا تو آپ نے گویا ٹل کا میدان مار لیا۔ درنہ سب کچھ ہار دیا۔

میں نے اس عکس کو عین اپنے بطن دماغ میں بھی ابھار کے دیکھا
ہے اور اس کے اثرات یہ وارد ہوئے کہ پوری کائنات نور کا ایک گولہ
معلوم ہوتی تھی۔ اور مجھے بند آنکھوں میں اپنا جسم سز سے پاؤں تک

سیمیا کا ایک عمل

بہت عرصہ ہوا، ایوب کی صدارت کا زمانہ تھا۔ ہم نے ایک نظم لکھی تھی ”ہم نہیں جانتے ہم نہیں مانتے“ یہ نہ جاننے اور نہ مانتے والی بات تقریباً ہر شخص کی سیرت میں موجود ہے۔ جب ایک اچنبہ کی بات کہہ دی جاتی ہے تو اکثر دوست یہ کہہ اٹھتے ہیں ”ہم نہیں مانتے“

آج میں ایسا مل لکھ رہا ہوں کہ رسالہ فلکیات کے تمام قارئین بے ساختہ بول اٹھیں گے ”ہم نہیں مانتے“ مگر آپ مائیں یا نہ مائیں، ہم اس عمل کی صداقت کو مان چکے ہیں۔ کیونکہ اس عمل کو بیان کرنے والی وہ شخصیت ہے جس نے مجھے بہت کچھ پڑھایا اور سکھایا۔ اور اس شخصیت کے حضور میں نہیں مانتا“ والی بات کہنے کی جرات ہی نہیں کر سکتا۔

میرے اس روحانی واجب الاحرام روحانی باپ کا نام نامی اسم گرامی ہے علامہ سنخو ساکن لالہ موسے۔ ان کے حسب ارشاد مجھے اس عمل کی محنت پر کئی یقین ہے اور آپ بھی یقین رکھیں کہ علم سیمیا کا یہ نادر الوجود عمل یقیناً صحیح ہے۔

جناب علامہ سنخو صاحب نے اس عمل کو اپنے دوست سید گل حسین

نور علی نور نظر آتا۔ ایک بار میں نے کئی آنکھوں سے اپنے دماغ کے بطون میں سو سو گھبراہٹ کا وقت تھا۔ اندھیری رات تھی گھر کی بجلی بجھ چکی تھی۔ رات کے سائے میں مجھے یوں معلوم ہوا کہ پورا صحن بقعہ نور بن گیا ہے اور میرا اپنا جسم اس قدر شفاف اور روشن ہو گیا کہ چور ہو کر رات کی چاندنی بھی اس کے سامنے ماند تھی اور میں بہت دیر تک اپنے خدائی جسم کو دیکھتا رہا۔ ایک بار تو اس شدت کی ضیا میرے بدن سے پھوٹی کہ یہ ناکھیں برداشت نہ کر سکیں اور خود بخود چمپک کے بندر سہ گئیں۔ ان روحانی ریاضتوں کے فوائد سے کسے انکار ہے۔ اگر دنیاوی مشاغل کی پابندی نہ ہو اور ان ریاضتوں کو متواتر کیا جائے تو انسان پارسہ پتھر بن جائے۔ مگر براہِ سچ پیٹ کا جس کے لئے ہر چار طرف لائق پاؤں مارنا پڑتے ہیں اور تب جب کہیں نان و نفقہ کا بندوبست ہوتا ہے۔

وَمَا عَلَيْنَا إِلَّا الْبَلَاغُ

شاد صاحب سکنہ چھوڑ کر کال سے تین بار کرایا، اور تینوں بار یہ ٹل مکمل ہو کر ناکمل رہ گیا۔ اور یہ بھی اپنی اپنی قسمت ہے کہ ایسا نا در ٹل مکمل بھی ہو جائے اور ناکمل بھی رہ جائے۔

وضاحتِ عمل

کسی بڑی چمگادڑ کو مار کر اس کی ریڑھ کی ہڈی نکال لیں۔ جو اسے ہونے ناخن کے برابر ہوگی۔ اس ہڈی کو مٹی کی ڈولی میں بند کر کے چینی سے منہ بند کر دیں اور چینی کے اوپر کڑا منسوبی سے پیٹ دیں۔ چورستے میں اس ڈولی کو تقریباً ایک فٹ گہرا دفن کر دیں۔ دفن کے مقام کو نگاہ میں رکھیں۔ عشاء کی نماز کے بعد اس چورستے پر کھڑے ہو کر مغرب کی طرف منہ کر کے سو بار اسمائے ذیل پڑھیں۔

یا رحیمہ ، یا کریمہ ، یا جلیلہ ، یا حمیدہ ۔

اول دائرہ گیارہ بار۔ و در شریف پڑھنا ہے۔ مگر احتیاط یہ رہے کہ آپ جس وقت مقام مدفون پر پڑھ رہے ہوں تو آپ کو کوئی شخص نہ دیکھ سکے۔ اٹھ دن اسی طرح عمل کریں۔ اس عمل میں اور کسی قسم کا کوئی پیرہیز نہیں ہے۔ عمل کے مطابق کام کر سکتے ہیں۔ کھانے پینے میں بھی کسی قسم کی کوئی پیرہیز نہیں ہے۔ اٹھ دن پڑھنے کے بعد ناویں دن اس ڈولی کو زمین سے نکال لیں۔ اب ایک ایسی نگاہ کی تلاش کریں جس کی پچھیا چھ ماہ سے کم عمر کی ہو۔ یہ ہڈی اس پچھیا کے پاس لے جائیں۔ پچھیا ہڈی کو دیکھ کر ادھر

ادھر دوڑنے کی کوشش کرے گی۔ مگر اسے اچھی طرح پکڑ کے اور تابو کر کے یہ ہڈی اس پچھیا کے تھنوں کے قریب لے جائیں۔ اس کے بعد کیا ہوگا؟ بس اب وہ بات سامنے آنے لگی جس پر آپ یقیناً کہہ اٹھیں گے کہ ہم نہیں مانتے۔ یعنی وہ ہڈی فوراً ہی ایک چھوٹا سا سانپ بن جائے گی۔ اور سانپ ہاتھوں سے پھسل کے دوڑ جائے گا۔ اگر آپ اس سانپ کو پکڑنے میں کامیاب ہو گئے یا دست لے نہ سکیں کہ اس سانپ کو ہاتھوں میں ہی محفوظ رکھا اور نکلنے نہ دیا تو آپ عمل میں کامیاب ہو جائیں گے۔

بار دیگر سانپ دوبارہ اس پچھری کے تھنوں کے قریب لے جائیں دوسری بار پچھری کے سانس کی تاثیر اس سانپ کو پھر ہڈی کی شکل میں تبدیل کر دے گی اور یہ سانپ سمٹ کر ہڈی بن جائے گا۔ یہ ہڈی آپ جس شخص سے مس کر دیں گے وہ مرتے دم تک آپ کا ہو جائے گا۔ انسان، حیوان، چرند پرند، درندے غرضیکہ جس سے بھی مس کر دیں گے اس کی زندگی آپ کی حمایت میں گزر جائے گی۔ اور آپ کے سوا اس کو ایک لمحہ قرار اور سکون نہ ملے گا۔ جناب سخنر صاحب کا ارشاد ہے کہ یہ عمل ۳ بار کیا گیا اور تینوں بار سانپ ہاتھوں سے نکل کے بھاگ گیا اور غائب ہو گیا۔

آخری بار تو سانپ پکڑنے کے لئے بہت سے آدمیوں کو اکٹھا کیا گیا جو سانپ کو پکڑنے کے لئے مستعد کھڑے تھے۔ سانپ بن گیا اور ہاتھوں سے نکل کے جلدی سے قریبی دیوار کے ایک سوراخ میں داخل ہو گیا۔

ہے۔ اس درزش سے قدر بھی بڑھتا ہے۔ بہت بیٹھی اور مزیدار بند آتی ہے
مادہ منویہ کی تمام خرابیاں دور ہو جاتی ہیں۔ سارا بدن مضبوط ہو جاتا ہے۔ پٹھوں
میں بڑی سختی آجاتی ہے۔

یہ درزش میں ساری زندگی نہیں کر سکا مگر تھپتھپات دو سرے دوستوں
سے مزدور کر لائی اور درج بالا فوائد حاصل ہوئے۔ آپ میں سے جس کسی کا دل
چاہے مزدور کریں۔ سینے کی بیماریوں، دماغی کمزوری، دماغی نزلہ، زکام
اور سرگی کو بالکل آرام آجاتا ہے۔ گویا اس درزش سے خداوند کریم ایک بار تیرا
ہتم دیتا ہے۔ یہ آسن ہزاروں لاکھوں طبی نسخوں سے بہتر صحت بخش ہے۔

طریق عمل

علی الصبح حواج ضروریہ سے فارغ ہو کر کسی دیوار کے قریب ایک گدی پر رکھ
دیں اور اس گدی پر سر رکھ کر پاؤں اوپر کر دیں۔ اتنے سیدھے کر آپ بالکل
اٹے ہو جائیں اور ٹانگیں دیوار سے لگ جائیں۔ سر کو اپنے دونوں ہاتھوں سے
سہارا بھی دے سکتے ہیں۔ ابتداء میں صرف ۱۲/۱۰ سیکنڈ ہی اس طرح کھڑے
رہنا کافی ہے۔ ہفتہ کے بعد وقت ذرا بڑھا دیں۔ جتنی کہ آدھ گھنٹہ تک آپ
آسانی سے اٹے رہ سکیں۔ اور اگر آپ کی گردن آپ کے سارے بدن کا
بوجھ سہارا لے۔ اس درزش کو صرف تین ماہ تک کرنے سے درج شدہ
فوائد حاصل ہوتے ہیں۔ اور انسانی جسم پتھر کی طرح سخت اور مضبوط
ہو جاتا ہے۔

یہ لوگوں کے بھی دارے نیارے۔ انہوں نے ایسی ایسی ورزشیں ایجاد
کیں جو جیسے انسانوں کے پس کاروگ نہیں۔

اس میں شک نہیں کہ شرش آسن فوائد کے لحاظ سے اپنا جواب آپ سے
اس آسن کی مشق نہ شاد سے ہو سکتی ہے اور نہ آپ سے۔

شرش آسن بے سر کے بل کھڑے ہونا۔ اور جیسے فقیر کو یہ مشق کرنا پڑے تو
یہی عزت کے اٹے بانس بریلی کو ہو جائیں۔ البتہ اس میں شک نہیں کہ شرش
آسن رسانی بدن سے زیادہ مفید ہے۔ شرش آسن سے دائمی سر درد ہٹ جاتا
ہے۔ بصارت تیز ہو جاتی ہے۔ چہرے پر گلاب جیسی سرخی دور جاتی ہے۔ اور
چہرہ لال سرخ ہو جاتا ہے۔ دل کے امراض کے لئے اس سے بڑھ کر اور کوئی موثر
علاج نہیں۔ خون صاف ہو جاتا ہے۔ خون میں گرمی بڑھ جاتی ہے۔ چہرے اور
سارے بدن کی بھریاں دور ہو کر بدن اور چہرہ سڈول ہو جاتا ہے۔ جوانی کا
خون دوبارہ لوٹ آتا ہے۔ حافظہ بے حد تیز ہو جاتا ہے۔ یادداشت کی قوت
بہت بڑھ جاتی ہے۔ پیٹ کے اکثر امراض کا یہ ایک شافی علاج ہے۔ بڑھا
ہوا پیٹ سکر کر جسم سڈول ہو جاتا ہے۔ ہاضمہ تیز ہو جاتا ہے۔ قبض دور ہو جاتا ہے۔

دوران ورزش غذا مقوی ہونا چاہئے۔ دودھ گھی گوشت کثرت سے
 کھائیں تاکہ ورزش کی سختی سے بدن کو طاقت ور غذا ملتی رہے۔
 یوگی لوگ تو یاتھوں کا سہارا بھی گروں کو نہیں دیا کرتے بلکہ دیوار کا
 سہارا بھی ترک کر دیتے ہیں۔ صرف سر کے بل اٹھ لٹک جاتے ہیں۔ اور
 سہارا بھی لٹکے رہتے ہیں۔ لڑکپن میں ایک سکھ سردار کو ۳ گھنٹے تک
 دودھ گھسنے تک لٹکے رہتے ہیں۔ یہ معلوم ہوتا تھا زمین میں انسانی میخ گڑی ہے
 اسی حالت میں لٹکے دیکھا تھا۔ معلوم ہوتا تھا زمین میں انسانی میخ گڑی ہے
 سردار صاحب کا بدن لویہ کا بنا ہوا معلوم ہوتا تھا۔ سردار صاحب سے ہمارے
 گہرے دوستانے تھے۔ یہ صاحب کچھ شاعر مزاج بھی تھے۔ ہندی اور اردو کے
 غلط قسم کے شاعر۔

میں اور برادر مجید امجد مرحوم ان دنوں ہفت روزہ "سراج" جنگ
 میں کام کرتے تھے۔ یہ صاحب اپنی نظمیں چھپوانے آیا کرتے تھے۔ سردار صاحب
 کی عمر ۱۹۴۲ء میں ساٹھ سال کے قریب تھی۔ مگر طاقت کا یہ عالم تھا کہ مکہ
 مار کے انہوں نے میز کا تختہ توڑ دیا تھا۔ یہ صاحب شرش آسن کی روزانہ
 ریاضت کیا کرتے تھے۔ ایک دن ان کی دیکھا دیکھی بھائی مجید امجد مرحوم
 نے بھی اٹھ لٹکے کی کوشش کی تھی۔ مگر گردن میں ۶ ماہ تک درد رہا تھا
 ہائے وہ بھی کیا دن تھے کہ جب میں صرف سترہ سال کی عمر میں ایک
 اخبار کا سب ایڈیٹر تھا۔ آج پچاس سال کا ہوں مگر کھٹا بھول چکا ہوں۔
 میرے لئے شرش آسن کوئی تعجب خیز نہیں ہے۔ بدن میں خون دوڑانے
 کے لئے اور تمام درج شدہ فوائد حاصل کرنے کے لئے "نفی اثبات" کی

ریاضت اس سے کہیں زیادہ مفید ہے۔

جس دم کر کے لا الہ الا اللہ کی غریب ۲۱ بار دل پر لگانا۔ اس ورزش
 سے زیادہ مشقت طلب ہے اور سر سے پاؤں تک خون کی روانی بڑھ
 جاتی ہے۔ بدن انسانی میں غصہ کی قوت آجاتی ہے۔ خون کی روانی سے غصہ
 میں طاقت اور عقل نے ریشہ میں جوانی دوڑ جاتی ہے۔

علم النفس

حیات انسانی کا دار و مدار سانس پر ہے۔ روانی نفس کا نام زندگی ہے۔ اور اس کے بند ہونے کا نام موت ہے۔ پھر کچھ سمجھیں نہیں آتا کہ وہ چیز جس کا انحصار نیست و مرگ پر ہے وہ بجائے خود ایک عجیب و غریب شے کیوں نہ ہو۔ یہ اور بات ہے کہ ہماری ہی ناقص و ناکمل عقل اس گتھی کو نہ سلجھا سکے کہ اس میں کیا خواص موجود ہیں۔ مگر جہاں تک تجربات نے راہ بتائی ہے وہاں تک نہ جانا کفرانِ نعمت سے کم نہیں۔

دنیا کب پیدا ہوئی، کبیدہ کب پیدا ہوئی، اس کو وہی حنفِ آبیان کریں گے جو تاریخی نقطہ نظر سے ہستی عالم پر نگاہ دوڑائیں گے۔ مگر میں یہ کہتا ہوں کہ دنیا جب پیدا ہوئی اس میں حرکت تھی۔ کیونکہ اصل اصول تمام اشیاء مادی کا حرکت ہر انحصار ہے۔ بغیر حرکت کے نہ کوئی چیز ظاہر ہوتی ہے، نہ کسی چیز سے کوئی چیز وجود میں آتی ہے۔

سانس بھی ایک حرکت ہے۔ جو حالتِ ہستی میں ایک تغیر پیدا کرتا ہے۔ سانس کی حرکت ایک طرح کی نہیں، بلکہ اس میں اختلاف یعنی تعدد و تلوّن بھی ہے۔ مجھ کا سب سے کم زندگی پر اعتقاد آج ہے کہ انسان

تغیراتِ زندگی کا حرکت نفس سے ایک خاص تعلق قائم ہے اور تجربات شاید یہیں کہ تغیر نفس سے تغیراتِ زندگی وقوع پذیر ہوتے ہیں۔ یا نہ کنگن کو کسی کیا۔ اُنہرے بیان ہونے والے عجائبات سے شاید کیجئے۔

انسان چہار گانہ یا پنج گانہ عناصر کا مرکب بنایا جاتا ہے۔ انہیں عناصر سے سانس بھی متعلق ہے اور جیسے انسان کے سات اعضاء دماغ، دل، کبد، ریرہ، مرارہ، طحال، اَلتِناسل، مختلف سات ستاروں سے منسوب ہیں۔ اسی طرح سانس کی مختلف ہیئت مختلف ستاروں سے نسبت رکھتی ہے۔ اور ہر نوعیتِ انقباض جو راگنہ اثرات کی حامل ہے۔ یعنی سات ستاروں سے سات قسم کی سانس متعلق ہے۔ اور ہر قسم کے سانس کے جسم انسان اور حالاتِ زندگی پر، مختلف اثرات واقع ہوتے ہیں۔ انہیں سات اقسام سے حالاتِ ماضی، حالاتِ مستقبل، حالاتِ حال کا انکشاف ہوتا ہے۔ اس کے ساتھ ساتھ زندگی کے نشیب و فراز، خوشی، غم، مصیبت، راحت، وغیرہ کا اظہار کیا جاسکتا ہے۔ علمائے اسلام نے اس علم مخفی سے آج تک مخفی رہے۔ کیونکہ ان کے یہاں کسی صورت سے کوئی غیب کی خبر بیان کرنا قیامت تک کے لئے حرام قطعی ہے۔ اس لئے انہوں نے کبھی اس قسم کی باتوں کی طرف توجہ ہی نہ دی۔ دوسرا اگر ان کو کبھی خیال ہوا بھی تو اپنی دسترس سے باہر پا کر مجبور ہو گئے۔

الینہ فقر اور ادلیاء اللہ نے اس علم کو کا حقہ فروغ بخشا اور اس پر عمل کیا اور اسی لئے ان سے عجیب و غریب واقعات ظہور پذیر ہوئے۔

اس علم کے حامل کو علم اربل و نجوم کی طرح لاپچہر بنا کر احکام جاری کرنے کی کلفت نہیں ہوتی۔ صرف آثار و کواکب و سائنس کی نوعیت معلوم کرنے کے بعد حکم ناطق صادر کر دیتے ہیں۔ جو بہت زیادہ درست ہوتے ہیں۔ کرامت سے کم نہیں۔

اس کے علاوہ فناک اور غورخوار جانوروں کی متابعت، آنے والے واقعات سے قبل از وقت مطلع ہونا، طوالت حیات، معالجہ، علاج، بیماریوں کا علاج، ثنائیات زندگی اور معجزات و کرامتیں سب کچھ علم النفس سے متعلق ہیں۔ اگر کسی کو اس امر سے اختلاف ہو تو ہو مگر میری تحقیق یہ ہے کہ علم النفس تمام علوم کا سر تاج ہے۔ اگر علم النفس میں مہارت پیدا کر لی جائے تو پھر نہ صرف علم دنیا کا علم دین پر بھی عبور حاصل ہو جاتا ہے۔ حدیث شریف میں ہے کہ: مَنْ عَرَفَ نَفْسَهُ فَقَدْ عَرَفَ رَبَّهُ۔ جس نے اپنے نفس کو پہچان لیا۔ اس نے خدا کو پہچان لیا۔

کوئی علم ایسا نہیں جو بطور علم النفس میں سمویا ہو نہ ہو۔ اور قدرت کی قیاسی دیکھئے کہ جہاں علم النفس تمام علوم کا سر تاج ہے اور علوم ظاہری و باطنی کا منبع ہے۔ وہاں آسان بھی اس قدر ہے کہ کسی تعلیم و تعلم کی ضرورت نہیں ہے۔ قلب میں جب روشنی پیدا ہو جائے تو وہ خود مشعل راہ بن کر مہر کے راستوں کی تاریکی دور کرتی جاتی ہے۔ اور شاہد مفاد سے ہمکنار کرتی ہے۔

چونکہ نفس کی ظاہری بنیاد سائنس پر ہے۔ جس کے مد و جز پر حیات

انسانی کی بنیاد ہے۔ نفس کے اس آنے جانے میں علم و فیوض کے لیے تھاقہ سمندر موجزن ہیں۔

اوقات نفس

علم النفس کی بنیاد چاند کی تاریکیوں پر ہے۔ چاند کا زمانہ دو قسموں پر منقسم ہے، ایک زمانہ عروج اور دوسرا وصال۔

عروج یعنی چاندنی مائیں یکم سے چودہ تک اور زوال اعمیری راتیں، چودہ چاند سے اخیر تک۔ چودہ سے مراد چودھویں تاریخ نہیں بلکہ چودھویں کی شب مراد ہے۔ یعنی تیرہ تاریخ کا دن گزر کر چوراس آئے جس کی صبح کو چودہ ہوگی۔ اور چودہ سے اخیر تک زوال کا زمانہ ہے۔

قدرت نے ایک قانون مقرر کر رکھا ہے کہ طلوع شمس سے ایک نمتھنا چلنا شروع ہوگا۔ ایک نمتھنا چلنے سے مراد یہ نہیں کہ دوسرا نمتھنا بالکل بند ہوگا، بلکہ ایک نمتھنے سے سائنس زیادہ نکلتی ہے اور دوسرے سے بہت کم سائنس نکلتی ہے۔ جس نمتھنے سے سائنس کثرت سے نکل رہی ہو، وہی نمتھنا چل رہا ہوگا۔ آپ ناک کے قریب ہاتھ کی پھیل رکھ کر باسانی معلوم کر سکتے ہیں۔

اب نئے قدرت نے ایک قاعدہ کلیہ مقرر کر رکھا ہے کہ طلوع شمس سے ایک نمتھنا چلنا شروع کر دیتا ہے جو پورے دو گھنٹے کے بعد دوسرے نمتھنے کی طرف سائنس کو تبدیل کر دیتا ہے۔

اسی طرح ہر دو گھنٹے کے بعد ایک سے دوسرے نمتھنے میں سائنس

ہوتی رہتی ہے۔ اور یہ قدرت سے متین کردہ وقت ہے۔ اس سے
 ہر شخص غوارضات، حارثات، خوش و حسرت، غم و الم کے باعث،
 وقت پذیر ہوتی رہتی ہے۔ اور اسی کی پیشی کے مطالعہ کرنے سے ہر قسم
 کے واقعات و درویش کی طرح واضح ہو سکتے ہیں۔ ایک آدمی اگر اپنے سانس
 کے لڑائی کرے تو اپنے ہر نیک و بد کے متعلق قبل از وقت مطلع ہو سکتا ہے۔
 جب تک سانس اپنی مقدار پر چل رہی ہو۔ آپ بے نگرانی سے زندگی
 بسر کیجئے۔ زندگی ایک سیدھی راہ پر چلی جا رہی ہے۔ جس میں کوئی کمی اور بے پیر
 نہیں ہے۔ لیکن جب کوئی بات ظہور پذیر ہونے والی ہوتی ہے۔ تو قدرت
 کو از وقت اعلان کر دیتی ہے اور قدرت کا اعلان اس صورت میں
 ہوتا ہے۔ سانس بجائے دو گھنٹہ چلنے کے ۱۱ گھنٹے میں تبدیل ہونا شروع ہو
 جاتا ہے۔ آپ اگر اپنے نفس پر کورٹ کریں تو آپ اس طریقہ سے آنے
 والے واقعات سے باخبر ہو سکتے ہیں۔

یاد رکھنے کے قابل یہ بات ہے کہ سانس ۲ گھنٹہ سے زیادہ کبھی
 نہیں چلتی۔ ہاں اس کا زمانہ کم ہو سکتا ہے ۲ گھنٹہ سے زیادہ نہیں۔

سانس کی مشہور قسمیں

بائیں نکتے سے سانس جاری ہو تو اسے قریٰ مڑ کہتے ہیں۔
 دائیں نکتے سے سانس جاری ہو تو اسے شمسی مڑ کہتے ہیں۔
 جب دونوں نکتوں سے سانس برابر چل رہی ہو تو اسے متساویہ

کہتے ہیں۔ قریٰ مڑ کا ستارہ قمر ہے۔ دائیں نکتے کا ستارہ شمس ہے۔ نفس
 متساویہ کا تعلق عطارد سے ہے۔

جب سانس دائیں نکتے سے بائیں کی طرف یا بائیں سے دائیں کی طرف
 منتقل ہوتی ہے تو اس انتقال النفس کے وقت قریٰ دس منٹ تک
 نفس متساویہ رہتا ہے۔ نفس متساویہ ختم ہو جانے کے بعد سانس ایک
 سے دوسرے نکتے کی جانب بالکل منتقل ہو جاتی ہے۔

جب سانس دائیں نکتے سے بائیں نکتے کی طرف منتقل ہونا چاہتی
 ہے تو نفس متساویہ چلنے سے کچھ وقت پہلے کچھ ایسی صورت اختیار کر لیتی
 ہے۔ جس کا تعلق ستارہ زہرہ سے ہے۔

جب طلوع شمس سے غروب شمس تک کے تمام وقت کا شمار گھنٹوں
 اور منٹوں میں کیا جائے تو اس کے عین درمیان وقت میں جو سانس چلتی
 ہے اسے فحوائے کبریٰ کہا جاتا ہے۔ اس کا تعلق مریخ سے ہے۔ جب آفتاب
 غروب ہو رہا ہو۔ اس کی پہلی ساعت سعد اکبر مشتری ہے۔ اس وقت کا
 نفس بھی مشتری سے تعلق رکھتا ہے۔

ساعت مشتری سعد اکبر ہے۔ ہر قسم کے کاموں کا اسی ساعت میں
 اقدام کریں ضرور سر انجام ہوں گے۔

ساعت زہرہ محبت کے عملیات کے لئے تیر بہدف ہے۔
 فحوائے کبرائے مغوس ترین ساعت ہے۔ اس وقت کوئی کام نہ
 کیجئے۔ ورنہ عمر بھر پھپھانا پڑے گا۔

نہیں پائے لائن ہوتے۔
اور اگر بائیں نکتہ چلتے کا ٹائم تھا مگر دایاں نکتہ چل گیا تو یہ انقلابیہ
رہتی ہے یعنی خوشی دولت وغیرہ حاصل ہوگی۔

نوٹ

نکتہ ایک بچہ سا نقطہ ہے۔ آئندہ دائیں کو شمسی مٹر اور بائیں کو
قمری مٹر سے کہنا جائے گا۔
شمسی مٹر مذکور ہے قمری مٹر مذکور ہے۔ شمسی مٹر کی خاصیت گرم ہے
یہی وجہ ہے کہ مرد کے مزاج کو گرم مانا گیا ہے۔ قمری مٹر سرد مزاج ہے اور اسی
وجہ سے عورتوں کا مزاج سرد قرار دیا گیا ہے۔

علم النفس

اربعہ عناصر کی تفریق

جو سانس زمین کی طرف جاری ہو۔ وہ زیادہ سے زیادہ طول میں اسی شخص
کے بارہ انگل کے برابر ہوگی۔ اس سانس کو عنصر خاک کی طرف منسوب کیا گیا
ہے۔ اور اس کا رنگ زرد قرار دیا گیا ہے۔

اور جو سانس مستوی طریق پر جاری ہو اس کا طول انتہائی دو انگل ہوتا
ہے۔ اس کو آبی کہتے ہیں اور رنگ اس کا سفید ہے۔
جو سانس بہت تیز چلے اور اس کی روانی کی لمبائی چار انگل ہو، وہ آتشی
ہوگی۔ اس کا رنگ سرخ ہوگا۔

اور جو سانس ڈیڑھ بی راہ ہو کر چلے اور اس کی انتہا سات انگل ہوگی۔
اس کو بادی کہتے ہیں اور رنگ اس کا سبز ہے۔

اگر سانس خاک کی اور آبی چل رہی ہو تو فرائض نعمت خوشی سرخ کی اور زانی
کی دلیل ہے۔ آتشی کا جاری رہنا دل تنگی بیماری غم و اندوہ پیدا کرتی ہے۔
بادی کی روانی کاموں کے خراب ہونے کا پتہ دیتی ہے۔

نفس کے اثرات

نیا چاند دیکھنے پر اگر صبح کے وقت قمری سر پر چل رہا ہو تو پندرہ روزہ
بک بے نگری کی زندگی گزارے۔ آپ کو خوشی رزق عزت کامیابی اور فتح
حاصل رہے گی۔ اگر شمس سر پر چل رہا ہو تو پندرہ دن تک تفکرات کا وہ دور
دور رہے گا۔

اسی طرح پندرہ تاریخ کی صبح کو اگر شمس سر پر چل رہا ہو تو خوشی و
کامیابی کی تین دلیل ہے۔ قمری چل رہا ہو تو نقصان اور غم کی علامت ہے۔ یہ
ایک ستر چیز ہے اس پر بحث و تحقیق کی ضرورت نہیں۔ تجربہ کر کے
دیکھ لیجئے۔

نفس متساویہ غمہ رنجیدگی، ملال، لڑائی سب سے متعلق ہے۔ دنیا میں
جنے غم و غصہ کے وقوعات دیکھنے سننے میں آتے ہیں۔ یہ سب نفس متساویہ کے
وقت اثر پذیر ہوتے ہیں۔ اس نازک وقت میں غم و غصہ کا اظہار طبیعت
میں جوش زیادہ پیدا کرتا ہے اور نوبت باں بار سید کی حالت ہو جاتی ہے۔
اس لئے اس ناظم کو خاص طور پر کورٹ کیجئے اور زیر نظر رکھیے۔ کبھی کوئی
بات خلاف اخلاق پیدا کرنا آپ کے اختیار کی چیز ہے۔

آپ جب محسوس فرمائیں کہ نفس متساویہ میں کسی امر پر طبیعت میں
جوش پیدا ہوا چاہتا ہے۔ تو فوراً نفس کو تبدیل فرما لیجئے۔ متساویہ تبدیل
ہو کر راحت قلبی محسوس ہوگی۔ آپ حیران ہوں گے نفس کی تبدیلی پر محسوس

دارد؟ یہ سب کچھ آپ کے اپنے اختیار کی بات ہے۔ اگر آپ شمسی سے قمری
یا قمری سے شمسی بنانا چاہیں، تو فوراً تبدیل ہو سکتی ہے۔ اس کے مختلف
طریقے ہیں۔ مجرب ترین طریقہ ہے کہ جو سر جاری کرنا مطلوب ہو۔ اس کے
دوسرے پہلو کے بل لیٹ جائیے۔ منہ بند کر کے سانس لیجئے۔ پانچ منٹ
میں مطلوب سانس چل جائے گی۔ اور اثرات تبدیل ہو جائیں گے۔

اسی طرح اگر کسی دن سانس مخالف چل رہی ہے اور خطرہ تکالیف
سامنے ہے تو فوراً دم تبدیل کر لیجئے۔ اس سے مصیبت میں کمی ضرور واقع
ہو جاوے گی۔ ایک مسئلہ امر ہے لیکن یہ تو نہیں کہتا کہ مقدر کا لکھا سانس
تبدیل کرنے سے تبدیل ہو جائے گا۔ مگر یہ بات بھی جائے تمسخر نہیں ہے۔
کہ ازالہ تکالیف نہ ہوا تو کمی واقع پذیر ہو جاوے گی۔ آپ مانیں یا نہ مانیں
جانِ جہان اختیار ہے۔

ایک تجربہ

۱۰ اکتوبر ۱۹۵۲ء کو سانس بجائے شمسی چلنے کے قمری چل گیا۔ بے
حد نلکے ہوئی۔ خدا خیر کرے۔ ۲۲ اکتوبر کو ایک معمولی سی بات پر ایک شخص
سے لڑائی ہو گئی۔ جوش میں آکر اسے مجروح کر دیا گیا۔ حتیٰ کہ وہ مرنے کے
قرب پہنچ گیا۔ کیس چلا، مگر میں نے قمری سر کو فوراً تبدیل کر کے شمسی کر
لیا تھا۔ اس لئے دوستوں اور مہرانوں کی بسیار کوشش کے بعد آخر صلح
ہو گئی اور کیس کا خطرہ ٹل گیا۔

ایک اور انکشاف

اگر سُر بجائے قمری چلے کے شمسی چل گیا ہے اور دو گھڑی تک سُر چلا رہا ہے۔ پتا چلتا ہے تو اس شخص کی کوئی چیز کم ہو جائے گی۔ اگرچہ انقلاب سُرزل بہ قمری چلے۔ مگر جگہ سے فساد کا عنصر اس میں ضرور پایا جاتا ہے۔ اگر تین گھڑی چلے تو کسی دوست سے مدد نہ پہنچے گا۔ اگر چار گھڑی چلے تو اعزاء و اقربا سے کوئی رنج ہوگا۔ پانچ گھڑی چلے تو بیماری آئے گی۔ چھ گھڑی چلے دشمن غالب آئے گا۔ اگر ایک سباز روز چلے تو موت قریب ہو۔

اسی طرح اگر دم شمسی کی بجائے قمری چل جائے۔ اگرچہ انقلاب ترقی بہ سُرزل ضرور ہے۔ مگر اس سُرزل میں خوشی کوئی ضرور ملے گی۔ ابھی دلیل ہے راحت و خوش نیسی رہے۔ جتنا زیادہ وقت یہ سانس چلے گی۔ اتنی بڑی خوشی حاصل ہوگی۔

نوٹ

جس قدر آرام و مصائب، رنج و خوف، لڑائی و جھگڑا وغیرہ وقتاً پدید ہوتے ہیں یہ تمام نفس متساویہ اور نفس شمسی میں واقع ہوتے ہیں۔ نفس قمری متعلق ہے راحت، خوشی اور دولت سے! مگر نفس شمسی کی بجائے قمری چل جائے تو سُرزل ضرور ہوگی۔ گو اس میں ساتھ ساتھ راحت بھی پائی جائے گی۔ دو گھنٹہ نفس متساویہ چلے تو عنقریب موت واقع ہو جائے گی۔ نیز سکرات کے وقت بھی نفس متساویہ چلتا ہے۔

بیماریوں کا علاج

اگر کسی شخص کو حرارت ہو خواہ تیس خلط سے ہو۔ چونکہ حار امراض نفس شمسی سے تعلق رکھتے ہیں۔ اس لئے مریض کا نفس شمسی نہ چلتے دیں بلکہ داپنے سُر میں روٹی دے دیں۔ اور مریض کو اکثر داپنی کروٹ پر لٹائے رکھیں اس عمل سے وقت قمری سُر چل کر مرتن میں کمی آجائے گی۔ اور دو چار دن میں اچھا خاصا فرق پڑ جائے گا۔ اسی طرح کی گرم بیماریاں مثلاً سرور و حار بخار ہر قسم، شدت پیاس، ضعف و بکرا، ورم ہر قسم کا علاج بلا دو کیا جاسکتا ہے۔ بعینہ مرد بیماریوں کا علاج اس کے منافی ہوگا۔ آپ قمری سُر بند کرادیں۔ اور بائیں کروٹ پر مریض کو سٹایا کریں۔ شمسی سُر چل جائے۔ ہر قسم کے امراض بارود کا ازالہ ہو جائے گا۔

اسی طرح گرمی کے موسم میں قمری سُر چلائے۔ تھنڈک رہتی ہے شدید سردی میں شمسی سُر چلاؤ۔ بدن گرم ہو جائے گا۔

کالرا میں بدن رخ ہو جائے سردی چھا جائے فوراً شمسی سُر چلاؤ۔

سر سام میں شمسی سُر بند کر کے قمری سُر چلاؤ۔

بد بھنی، کمزوری، معدہ، گرائی و ثقل معدہ کے مریض ہمیشہ شمسی سُر میں کھانا کھایا کریں۔ اور کھانا کھا کر ہمیشہ داپنی کروٹ پر یا پانچ منٹ کے لئے لیٹ جائیں کریں۔ اس مختصر عمل سے معدہ کی تکلیف رفع ہو جائیگی آپ ایک اصول قائم کر لیں کہ ہمیشہ کھانا شمسی سُر میں کھایا کریں۔ اور اگر

ایسی سیانہ پشاپ کرنا ہو تو قمری سر میں تو دائمی صحت کے حصول کے لئے ایک مجرب الحیرب نسخہ ہے۔ کبھی کوئی مرض نہ آئے گا۔ تب لرزہ آنے سے پہلے تحقیق کر لو کہ کون سے سر میں آئے گا۔ دورہ آنے سے کچھ وقت پہلے اس سر کو بند کر دو۔ اسی روز دورہ موقوف ہو جائے گا۔ مجرب عمل ہے۔ بدن کی تھکاوٹ، اعضا شکستہ، غصہ، پیاس کی شدت وغیرہ امراض میں قمری سر چلاؤ، تسکین آجائے گی۔ ہر نیا کا مرض قمری سر سے منسوب ہے۔ آنت اترنے سے کچھ وقت پہلے قمری سر بند کر کے شمسی سر چلائیں، آنت نہ اترے گی۔ پیٹ میں درد، ہاضمہ کی خرابی، اناف میں درد وغیرہ امراض میں شمسی سر چلائیں۔

ذاتی تجربات

جب کبھی معدہ میں گرانی، بد ہضمی، متلی کی علامات پیدا ہوں میں ہمیشہ شمسی سر چلا دیا کرتا ہوں۔ پانچ منٹ میں بغیر کسی دوا کے صحت آجاتی ہے۔ گرمی کے زکام میں قمری سر اور سردی کے زکام میں شمسی سر چلانے سے زکام درست ہو جاتا ہے۔

پیاس کی شدت یا روزہ کی تلخی میں قمری سر چلا دینے سے تسکین آجاتی ہے۔ براہمول ہے جب انتہائی غصہ کی حالت طاری ہو اپنے آپ سے باہر ہوا جانا ہوں تو اس وقت یقینی متساویہ یا شمسی ہو ا کرتی ہے۔ قمری تبدیل کر

دیتا ہوں۔ غصہ فرو ہو کر سکون آجاتا ہے۔

اسہال کی صورت میں جس دم کر لیا کرتا ہوں۔ اسہال بند ہو جاتے ہیں۔ جس دم کی پوری تفصیل آئندہ کے صفحات میں ملاحظہ فرمائیے۔

بخار کی حالت میں قمری سر چلانے سے سر درد، متلی، پیاس کی شدت، کس بے چینی، شدت حرارت ختم ہو کر رہ جائے گی۔ میں اس کا عادی ہوں آپ بھی تجربہ کر کے دیکھ لیجئے۔ جب کسی بھی وجہ سے نیند نہ آئے۔ قمری سر چلا کر چاند کا تصور کرتا ہوں۔ پانچ منٹ کے تصور ہی میں نیند آجاتی ہے۔ ایک بار سردیوں میں مجھے سخت جاڑا لگا۔ بدن کپکپانے لگا۔ کسی صورت آرام نہ آیا۔ آخر شمسی سر چاری کر دیا اور ۲-۲ منٹ جس دم کہ نے لگا پندرہ بیس منٹ کے بعد اس قدر گرمی محسوس ہونے لگی کہ ماتھے پر پسینہ آگیا۔

۱۔ محل میں علامت کیا ہے یا لہذا؟

سوال کرنے والے کی سانس کی تحقیق فرمائیے۔ اگر سائل کا سر شمسی چل رہا ہے تو لڑکا۔ اگر قمری چل رہا ہے تو لڑکی پیدا ہوگی۔ اگر اس کے ساتھ ساتھ عامل کا سر بھی شمسی چل رہا ہوگا۔ تو لڑکا انشاء اللہ ضرور پیدا ہوگا۔ اگر عامل اور معمول دونوں کے سانس قمری چل رہے ہوں گے تو لڑکی ضرور پیدا ہوگی اور ضرور پریہ ہوگی۔

سائل کا شمس چل رہا ہو تو اس تجارت میں فائدہ ہوگا۔ شمس بر
فائدہ کی امید نہیں ہے۔ متا دیر میں نفع و نقصان برابر۔
۳۔ بیماری سے صحت کب آئے گی؟

سائل کا شمس چل رہا ہو تو صحت جلد آئے گی۔ اگر عامل کا شمس
شمس ہو گا تو بہت جلد صحت آئے گی۔ اگر عامل کا شمس قمری اور سائل کا شمس تو صحت
بیر آئے گی۔ اگر ہر دو قمری چل رہا ہو تو امید شفا نہیں ہے۔ نفس متا دیر ہو
تو بیماری ٹھک ہے۔

۴۔ نفع شکست کس کو ہوگی؟

نیمہ کے وقت جس کا شمس چل رہا ہو اسے نفع اور قمری والے کو
شکست ہوگی۔

۵۔ تجربہ بولی ہے یا سچی؟

اگر اس وقت سائل کا قمری مروجاری ہے تو سچ ہے۔ اور شمس مروجاری
ہے تو بھولی افواہ ہے۔

۶۔ بچہ کی تعلیم، ملازمت کا سوال

اگر اس وقت عنصر آبی ہو تو جواب دینا چاہیے۔ جلد کامیابی ہوگی خاکی
ہو تو دیر سے۔ ہوائی ہو تو بہت تھوڑی دیر کے بعد کام ہوگا۔ آتش ہو
تو فائدہ کی بجائے نقصان ہوگا۔

۷۔ بارش ہوگی یا نہیں؟

سائل یا عامل اپنے سانس پر غور کرے۔ اگر سانس خاکی یا آبی ہو تو بارش

ہوگی۔ بادی ہو تو ابر ہو گا مگر بارش نہ ہوگی، صرف آندھی آئے گی، آتش
ہو تو کچھ ترشح ہوگا۔

۸۔ گمر بخندہ زندہ ہے یا مر گیا ہے؟

سائل کا شمس قمری ہو تو گمر بخندہ زندہ ہے۔ شمس ہو تو مر گیا ہے یا بیمار ہے۔
۹۔ عام سوالوں کے جواب۔

عامل کسی کھلی جگہ پر بیٹھے۔ جہاں آدمی آسانی سے آجاسکیں۔ سوال کرنے
والا اگر کھلے سر کی جانب سے آیا ہے یا کھلے سر کی طرف آکر بیٹھا ہے تو اس کا
جواب اس کے حق میں ہے۔ اگر بند سر کی طرف سے آیا ہے یا بیٹھا ہے تو
نتیجہ مخالف ہے۔ مثلاً آپ کا دوا ہنا مروج رہا ہے اور ایک شخص دوا ہنی طرف
سے ہی آیا ہے اور دوا ہنی طرف بیٹھا تو یہ اشارہ ہے کہ سائل اپنے مقصد میں
ضرور کامیاب ہوگا۔ آپ اسے کامیابی کی بشارت دے دیں۔ اس میں شمس
اور قمری کی بحث نہیں ہے۔ ہاں عامل اگر اپنے سر کے موافق اور سائل کی وضع
اور دونوں کو مد نظر رکھ کر جواب دے تو سو فیصدی صحیح ہو سکتا ہے۔

باقی عالم الغیب والشہادۃ اللہ کی پاک ذات ہے۔

نواورات

پچھلے دسمبر کی بات ہے میرے ایک واجب الاحترام دوست خان غلام محمد خان سیال بیمار ہو کر میرے پاس علاج کی غرض سے تشریف لائے۔ انہیں شانے میں پتھری تھی اور اس سے پیشتر وہ بہت سے حکیموں اور ڈاکٹروں سے علاج کرا چکے تھے۔ میرے علاج سے ان کو معمولی فائدہ ہوا۔ اور پتھری ریتا بن کر کچھ نکل۔ مگر تکلیف میں کمی واقع نہ ہوئی۔ پیشاب کی بندش اور شدید درد نے ان کو مجبور کر دیا۔ بالآخر میں نے انہیں اوپریشن کا مشورہ دیا۔ مگر اوپریشن سے ان کو سخت خوف تھا اور وہ کسی طرح بھی اوپریشن کرانے کے لئے تیار نہ تھے۔ میرے پاس چند یوم علاج کرانے کے بعد خان صاحب سرگودھا چلے گئے۔ وہاں کسی حکیم صاحب کا علاج شروع کیا۔ وہیں ان کو کسی شخص نے ایک فقیرنی کے بارے میں بتایا کہ وہ نیک مائی دم کے ذریعہ سے پتھری نکالا کرتا ہے۔ وہ مائی فقیرنی اسی نام سے مشہور ہے اور مولانا مفتی محمود صاحب کے آبائی گاؤں عبدالحل میں مقیم ہے۔ خان صاحب علاج سے تنگ آئے ہوئے تھے۔ اور اوپریشن سے گھبرائے ہوئے تھے۔ لہذا مائی فقیرنی کے پاس پہنچ گئے۔ اب باقی داستان خان صاحب کی زبانی سنئے

خان صاحب فرماتے ہیں کہ مجھے راستے میں اس قدر تکلیف تھی کہ ہریل کے بعد مجھے پیشاب کی حاجت ہوتی تھی اور یوں معلوم ہوتا تھا کہ پیشاب نہیں بلکہ بگھلا ہوا سیسہ نکل رہا ہے۔ مائی فقیرنی کے پاس پہنچا تو شدت تکلیف سے نہ ہال ہو چکا تھا۔ مائی فقیرنی نے روٹی کا ایک پنیر میرے ہاتھ میں تھما دیا اور ہدایت کی اسے زبان کے اوپر رکھ کر منہ بند کر دو۔ ۲ منٹ کے بعد مائی صاحبہ نے حکم دیا کہ منہ کھولو اور اپنے ہاتھ سے روٹی کا پنیر باہر نکالو۔ میں نے نکالا تو اس میں بیر کی گٹھلی کے برابر پتھر کا ٹکڑا تھا۔ اسی طرح مائی صاحبہ نے ۹ دفعہ دم کیا اور ۹ کنکر نکلے۔

میں روٹی اپنے ہاتھ سے رکھتا رہا اور مجھے یقین ہے کہ صرف روٹی ہی تھی اور اس میں کچھ بھی نہیں ہوتا تھا۔ مگر ہر بار بیر کی گٹھلی کے برابر کنکر نکلتے رہے اور مجھے تکلیف سے یکدم آرام آگیا۔ دایسے پر خان صاحب کار میں بیٹھے اور ترگو دھا پہنچ کر پیشاب کیا مگر نہ درد تھا اور نہ ہی کوئی تکلیف۔ اور اس کے بعد خان صاحب مطلقاً ایک سال تک بالکل عافیت سے رہے ایک سال کے بعد ان کو پھر دوبارہ وہی تکلیف ہوئی اور جرات کر کے انہوں نے اوپریشن کرا دیا۔ ان کے مٹانے سے انڈے کے برابر ۳ پتھریاں نکلیں جو اوپر سے پھیلی ہوئی تھیں۔ اور میری ہومیو پیتھک دواؤں نے ریت بنا کر انہیں خارج کر دیا تھا۔ ڈاکٹروں کا کہنا ہے کہ چند اور چھوٹے چھوٹے کنکر بھی تھے جو پہلے دواؤں سے نکل چکے ہیں۔ اور دراصل یہ وہی کنکر تھے جو مائی فقیرنی کے دم سے منہ کے ذریعہ نکلے تھے۔

خان صاحب کے علاج کے بعد چار سے علاقمند سے اور کچھ بہت سے تھے۔
 ان میں سے ایک ایسا شخص تھا جس نے اس طرح پتھری نکل۔ ان میں
 سے ایک شخصوں سے میں خود ملا ہوں اور ان کو اب تک بالکل آرام ہے۔
 یہ ایک ایسا طریقہ علاج ہے جس سے ہر ذی شخص ضرور متاثر ہوتا ہے۔
 چنانچہ میں بھی بڑا متاثر ہوا اور میں نے اس عمل کا ذکر صلیب ڈیرہ اسماعیل خان کے
 ایک مولوی بزرگ اور مشہور فقیہ خاندان کے سجادہ نشین جناب صاحبزادہ عبدالحمید
 صاحب سکے کلابی سے بھی کیا۔ انہوں نے بھی مجھے اطلاع دی کہ واقعی مائی فقیر کی
 اس عمل میں ماہر ہے اور بہت سے لوگوں کو ناکام ہوا ہے۔ اس تصدیق
 کے بعد مجھے اس عمل کے حصول کا شوق ہوا اور میں نے کمر تپت باندھ دیا اور
 سیدھا ڈیرہ اسماعیل پہنچ گیا اور وہاں سے بس میں بیٹھ کر عبدالحمید پہنچ گیا۔
 مائی فقیر کی زیارت کی۔ محض ایکس غریب سی خاتون ہے۔ جس کی کل اوقات
 ایک ہفتہ ہیں اور ایک بکری ہے۔ عمر ۷۵ سال کے قریب ہے۔ کسی
 سے کچھ نہیں مانگتی۔ اپنی مرضی سے کوئی شخص کچھ دے دے تو مسجد کا چندہ
 سمجھ کر لیتی ہے۔ اس کی اپنی گزراؤات محض خدا کے بھروسے پر ہے۔
 ایک روٹی صبح اور ایک روٹی شام۔ میری موجودگی میں ۲ روٹیاں
 آئے۔ اور میرے سامنے ہی عمل کیا گیا۔ عمل واقعی درست ہے۔ مثلاً وہ
 گروے کی پتھری منہ سے نکلتا حیرت زاکر شمع ہے۔ جسے دنیا کا کوئی حکیم اور
 ڈاکٹر تسلیم نہیں کر سکتا مگر اللہ کے پاک کلام کے معجزہ کو نبیٹلانے کے لئے
 بھی فرعون کا دماغ چاہیے۔ پتھری منہ سے نکلتی ہے اور ضرور نکلتی ہے۔ جب

میں نے عمل کی گزارش کی تو مائی فقیر نے کچھ خاموشی ہو گئی۔ مگر جب اسے
 معلوم ہوا کہ گسیلانی سید ہے تو میرے ماتھے کو چوم کر عمل عطا کر دیا۔
 اور کہہ دیا کہ تو پہلا شخص ہے جسے میں یہ عمل دے رہی ہوں۔ اب میرا
 بھی دل نہیں چاہتا کہ عمل رسالہ نکلیات میں شائع کرادوں۔ دل کہتا ہے
 بالکل خاموش رہو مگر ذمہ داری کہتی ہے کہ عمل شائع کرادو۔ ممکن ہے
 کوئی اللہ کا بندہ اس عمل سے کامیاب ہو کر خلق خدا کو ناکام نہ پہنچا سکے۔ اگر
 قدرت کو منظور ہے تو میں بھی ضرور کروں گا۔ مگر جلالی و جمالی کا جھنجھٹ
 میرے لئے ذرا مشکل سامنہ ہے۔ اور پھر ۲۰ دن اس پابندی میں گزارنا
 ہیں۔ میں تو کرسکوں گا یا نہیں مگر آپ کی خدمت میں عمل پیش کر رہا ہوں۔
 میرے حق میں دعاؤں خیر کریں۔ اللہ مجھے مزید خدمت خلق کی جرأت عطا فرمائے۔
 مہینے کی نوچندی جمعرات کے دن (بشرطیکہ اس دن قمر در عقرب نہ ہو)
 روزہ رکھ کر عمل شروع کر دیں۔ جلالی جمالی پیکر کے ساتھ عشاء کی نماز
 کے بعد درج ذیل آیات ہر روز ۴۰ بار روزانہ پڑھنا ہیں۔ دن بھر اپنا
 کام کریں روزہ رکھیں تو اچھا ہے مگر غذائیں جویں اور پانی۔ بس
 اللہ اللہ خیر سلا۔ ۲۰ دن کے بعد حلوہ پکا کر نیاز و سرور کائنات
 صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کے طور پر بچوں میں تقسیم کر دیں۔
 اس کے بعد ہر روز عمل قابو میں رکھنے کے لئے ۴۰ بار روز کسی
 فارغ وقت میں پڑھ لیا کریں۔ مریض آئے تو روٹی کے پنے پر ۳ بار
 پڑھ کر دم کر دیں اور مریض کی زبان پر رکھ کر منہ بند کر دیں۔ اسی طرح

کسی پنیہ رکھائیں۔ حتیٰ کہ پتھری نکلتا بند ہو جائے۔
علیہ ہے۔

رَبَّنَا الَّذِي فِي السَّمَاءِ وَالْأَرْضِ كَمَا احْبَبْتَ
فِي السَّمَاءِ وَاجْعَلْ فِي الْأَرْضِ كَوْنًا لَّنَا دُرُوبًا
نَحْمَلُهَا يَا اَنْتَ رَبُّ الْمُطْلَعِينَ فَاَنْزِلْ شِفَاءً مِنْ
شِفَاتِكَ وَرَحْمَةً مِنْ رَحْمَتِكَ عَلٰى هَذَا الرَّجُلِ فَيَسُوْا

حسن اتفاق کی بات ہے کہ جناب علامہ حنفیہ وارث البیہدانی فاضل
مکہ یونیورسٹی نے مجھے لکھا کہ پتھری خارج کرنے کے لئے سواٹے ان کے کھانے
عمل نہ ہوگا۔ اور ان کے اس یکتہ پر میں نے یقین نہ کیا اور مائی فقیہی کے
پاس پلا۔ اور وہی کچھ مائی صاحبہ نے بتایا۔

عجوبہ عالم عمل

میرے مہربان دوست جناب امانت علی خان صاحب بارخپت ضلع
میرٹھ بھارت نے ایک داستان لکھ کر مجھے چونکا دیا ہے۔ وہ تحریر فرماتے
ہیں کہ دہلی کے ایک نواب صاحب منظور حسن ہرغریب اور امیر کا مفت
علاج کرتے ہیں۔ مگر ان کے علاج کا طریقہ دنیا سے عجوبہ اور نرالا ہے ایسا
دیکھنا نہ سنا۔ اور شاید تم بھی اعتبار نہ کرو گے مگر یقین کیجئے کہ وہ بالکل
اسی طرح سے علاج کرتے ہیں کہ ہر آنے والے مریض کے تالو میں ۴ اینچ
مٹی میخ تھوڑے سے ٹھونک دیتے ہیں۔ مگر مریض کو کچھ بھی پتہ نہیں
چلتا اور نہ اسے کچھ تکلیف ہوتی ہے۔ حتیٰ کہ کیل ٹھونکنے اور ۴ اینچ کیل
عین وسط دماغ میں پہنچ جانے کا احساس تک نہیں ہوتا۔ جب اس کیل کو
ایک گھنٹے کے بعد باہر نکالتے ہیں تو مرض ساتھ ساتھ کچھ آتا ہے اور ادھر
میخ باہر، ادھر مرض باہر۔ مگر سر میں نہ زخم کا نشان نہ ہی کوئی تکلیف۔

یہ ہے خط جناب امانت علی خان صاحب کا۔ اور اس خط نے مجھے چونکا
دیا ہے۔ واقعی عجوبہ روزگار عمل ہے۔ میں سمجھتا تھا کہ مجھ سے زیادہ عجائبات
اور کسی کے پاس نہ ہوں گے۔ مگر یہ ایک ایسا عمل ہے جس نے مجھے

نہی کر کے کہا ہے کہ بتاؤ تمہارا جعفر اب کہاں ہے ؟

حقیقت یہ ہے کہ ایسے نکل دنیا میں موجود ضرور نہیں مگر خیال خیال - اور جس کے پاس ہوں اس کے سینے پر پستول رکھ کر بھی نکل مانگو تو شاید نہ دے سکے گا۔

میں نے مصر ایران اور پاکستان کے تمام عالموں، عاملوں اور روحانیوں کے علیحدہ اردوں کو خطوط لکھے ہیں کہ اس نکل کے مقابلے کا کوئی عمل پیش نہ کرو اور اگر نہیں پیش کرو گے تو ہم ڈنڈا لے کر پیش کرائیں گے۔

ان تمام خطوط کے جواب میں سب دوستوں نے نفی میں سر ہلایا۔ مگر آقا محمد رضا ستارہ طہران سینہ ٹھونک کر سامنے آگئے اور کہا کہ کیل نہ سہی، اور طریقہ سہی۔ مگر اس سے بھی بہتر اور اس سے بھی اچھا۔

انہوں نے جو نکل مجھے دکھا ہے۔ اس سے ایک آئینہ تیار ہوتا ہے۔ اور اس آئینے کو ۲ منٹ تک مریض دیکھتا رہے۔ اور دو منٹ ہی میں مرض سلب ہو جائے۔ اس آئینے کی تیاری میں آپ کو بہت کچھ کرنا پڑے گا۔

مزدوری کر کے حق حلال کی کمائی سے ایک نہایت ہی عمدہ آئینہ خرید لیں۔ اور اس آئینے پر کسی خوشنخط انسان سے نہ بٹنے والی سیاہی سے آئینہ فوراً اللہ نور السموات والارض بنا کر رکھ لیں۔ اور ایک سیاہ

پیرہ اس پر رکھ دیں۔ یکم رجب المرجب اسکے دن جلانی جمالی پر ہیز کے ساتھ ۴۰ لوم کے لئے تخلیہ اختیار کریں۔ جو کی روٹی اور دریا کے پانی کے سوا دنیا کی تمام نعمتیں چھوڑ دیں اور دن بھر کی پانچ نمازوں کے بعد۔

ہر نماز کے بعد یہ آیت مقدسہ ۴۰ بار پڑھ کر آئینے پر دم کر دیں۔ اور پھر سیاہ پیرہ اس پر ڈال دیں۔ اسی طرح ہر نماز کے بعد ۴۰ بار آئینہ نو پڑھ کر دم کر دیا کریں۔ ۲۰ دن کے بعد عمل ختم کر دیں۔ اور ہر مریض کو آئینہ دکھانے سے قبل ۵ بار آئینہ نو پڑھ کر آئینے

پر بھونک دیا کریں سریق ۲ منٹ تک آئینے میں اپنی شکل دیکھتا ہے اور اس کے بعد سیاہ پیرہ ڈال دیں۔

یہ عمل مجھے حال ہی میں ملا ہے۔ ماہ رجب ابھی دور ہے۔ میں بخوشی و رغبت ہی آپ کو بھی اس عمل کی دعوت دیتا ہوں۔ میں بھی انشاء اللہ ضرور کروں گا۔

دعا کریں اللہ کامیاب کرے۔

گنج کا علاج

کہا جاتا ہے کہ خدا گنج کو ناخن نہ دے مگر قدرت نے ہمیں بھی فائدہ
بال کر کے ناخن عطا کر دیئے۔ یہ الگ بات ہے کہ ہم انہیں احتیاط
سے استعمال کرتے ہیں، کیونکہ سر بھی اپنا ہے اور ناخن بھی اپنے۔ قصبت
نے خوبصورت بال دیئے تھے مگر گنج کا نسل ورثہ ملا تھا۔ اس لئے بہت
ہی جلد اس نعمت سے محروم ہو گیا۔ اب جب تقریر کے لئے اس
بڑا ہوں یا مشاعروں میں شرکت کرتا ہوں تو ٹوپی کا استعمال ضروری
ہوتا ہوں۔ کیونکہ ایک دوبارہ ننگے سر جانے کے بعد تلخ تجربہ اٹھا
چکا ہوں۔ اسٹیج پر آنے کے بعد مرتضیٰ برلاس جیسے مخلص دوستوں
نے بھی زیدال زیدال کے نعرے لگا دیئے۔

آج زیدال سے بہتر اور یقینی نسخہ پیش کر رہا ہوں، مگر خود اسے
کبھی استعمال نہ کر سکا کیونکہ جب سے گنج کی نعمت عطا ہوئی ہے
فائدہ کی بھی شدید عادت ہو گئی ہے اور اس نسخہ میں ایک حرام چیز
ہوتا ہے اس لئے دل نہیں چاہتا کہ محض حسن اور زیبائش کے لئے
غرام چیز کا مرکب مزہ لگاؤں۔ البتہ چند گنجوں کو نسخہ استعمال کرانا

اور زیدال سے ہزار گنا زیادہ مفید ثابت ہوا۔
اگر آپ کا دل چاہے اور طبیعت کما ہست نہ کرے تو بعد شوق
اس نسخہ کو استعمال کریں۔ میں یقینی طور پر کہتا ہوں کہ آپ کے بال بڑے
گھنے پیدا ہوں گے نسخہ یہ ہے،

ایک گھری کو ماریں اور اس کے پاؤں کاٹ دیں۔ باقی سب
کچھ ویسے ہی رہنے دیں۔ ایک پاؤں تیل تلے کر ایک چھوٹی سر لڑا ہی
میں تیل ڈال کر اس میں مردہ گھری بھی ڈال دیں اور بالکل نرم نرم
آگ جلائیں جتنی کہ گھری جل کر کوئلہ ہو جائے۔ آگ پر سے لڑا ہی
کو اتار کر کسی نوہے کی موٹلی سے گھری کے کوئلے کو باقی مادہ تیل میں
خوب گھوٹ کر نہایت پتلی سی مرہم بنا کر محفوظ رکھیں۔ سر پر استرا پھر
کر مرہم لگائیں۔ مرہم کم از کم ۷ گھنٹے لگا رہے۔ دوسرے دن صبح دھو
کر پھر استرا پھر کر مرہم لگا دیں۔

سات دن تک مرہم اسی طرح لگائیں۔ ہر روز استرا پھرنا ضروری
ہے۔ انشاء اللہ بال پیدا ہو جائیں گے، آزمودہ نسخہ ہے۔

اس نسخہ کی قدر کریں مگر مفت ہاتھ آئی ہوئی چیز کی قدر نہیں ہوتی۔

علم النفس

دوسرا آزمودہ طریقہ

سائل کا سوال اور نام اور اس دن کا نام ہر سہ کے حروف گنو۔
 مثلاً سائل رجب، سوال اولاد، روز شنبہ، حروف ر ج ب اولاد
 مشن ب ہ۔ کل گیارہ حروف ہوئے۔ اب اگر حروف طاق ہوں اور
 آپ کا معاملہ شمس چل رہا ہے۔ کامیابی ہوگی۔ اگر حروف جفت ہوں
 اور سُر قمری چل رہا ہے تو بھی کامیابی ہے۔ اگر اس کے خلاف ہو یعنی حروف
 جفت ہوں اور شمس ہو یا حروف طاق ہوں اور سُر قمری ہو تو ناکامی
 کی شرط لگا دو نفس بتساویہ ہو تو کامیابی دیر سے ہوگی۔

تیسرا آزمودہ طریقہ

اگر سائل سانس کے جاری ہونے کے وقت سوال کرے۔ تو
 کچھ سوال کیا ہے غواہ وہ اچھا سوال ہے یا بُرا بلا تکلف جواب دیجئے
 کام ہو جائے گا۔ اگر اس کے برعکس ہو تو جواب برعکس ہے۔

عجائبات النفس

قمری سُر جاری ہو تو جو دوائی کھائی جائے اپنا پورا اثر دکھاتی ہے۔
 کشتی، جہاز، موٹر، گاڑی وغیرہ سوار یوں بد سوار ہوتے وقت دیکھ
 لیجئے اگر نفس شمسی جاری ہے تو خیریت سے منزل مقصود تک پہنچ جاؤ
 گے۔ قمری سُر جاری ہونے پر خطرات اور حادثات کا الارم ہے۔
 مرد کا شمسی سُر اور عورت کا قمری سُر جاری ہو تو... انشاء اللہ استقرار

حمل ہوگا اور حکم خدا لڑکا پیدا ہوگا۔ اگر نفوس کا تضاد ہو تو دائیں بائیں کریٹ
 لیٹ کر تبدیل کر لیا کرو۔ مجرب عمل ہے، محبت کا ایک زندہ کار نامہ اور
 لذت کا سرتاج عمل ہے۔

صبح جاگو تو غور سے دیکھو کون سا سُر جاری ہے۔ اُسی جانب کے
 ہاتھ کی ہتھیلی کو بوسہ دو۔ اور بوسہ دیتے وقت ایک لمبا سانس اس نقطہ
 سے لو۔ انشاء اللہ سارا دن خوش و غور می سے گزرے گا۔ اور کوئی غم و تکلیف
 وغیرہ پیش نہ آئیں گے۔ اتنے معمولی سے عمل کی پریکٹس انسان کو خوشحال
 بنا سکتی ہے، مجرب عمل ہے۔ بلا دریغ و شک و شبہ شروع کر دیجئے۔
 دشمنوں، افسر۔ اور جس شخص سے کوئی بات منوانا چاہو تو اسے

اپنے بند سُر کی طرف بٹھاؤ۔ یا اگر آپ کھڑے ہونے کی حالت میں ہیں تو
 بند سُر کی طرف رکھو۔ انشاء اللہ جو بات کہو گے مان جائے گا۔
 اگر دن کو قمری سُر اور رات کو شمسی سُر جاری رکھنے کی پریکٹس

جاری رکھیں تو زندگی دراندہ ہوگی، خوشی و صحت دامن چڑے گی۔ رنج و غم دور ہوں گے۔ اس عمل کو ہمیشہ کرنے والا زندگی بھر میں بوڑھا نہ ہوگا۔
 بڑیاں، دل و دماغ، جگر مضبوط رہیں گے۔ حرارت و برودت کا اس پر غلبہ نہ ہوگا۔ بال سیاہ رہیں گے۔ سفید بال سیاہ ہو جائیں گے۔ سناپ کی نہ ہر کا اثر نہ ہوگا۔ پھوڑنگ لگانے سے فوراً مر جائے۔ اور اس کی نہر کا کوئی اثر نہ ہوگا۔

سانپ بچھو کی نہر کی تکلیف ہو تو قمری سرجاری کر دیجئے۔ نہر کا تریاق ہے۔ تریاق مار سے زیادہ فائدہ ہوگا۔ میرا ایک مریض مار گزیدہ پر تجربہ شدہ عمل ہے۔ جس کے ہر بن موم سے خون جاری تھا۔ قمری سانس جاری کرا دیا اور تین گھنٹے کے اندر اندر خون بند ہو گیا۔ چھ گھنٹے میں ہوش آ گیا۔ قریباً دس گھنٹے میں تمام علامات کا دور ہو کر صحت کاملہ آ گئی۔ اس کو عملیات نفس میں سب سے زیادہ موثر پایا ہے۔ فراموش نہ کیجئے گا۔

بوقت مجامعت جس دم کیجئے۔ آپ کے اختیار میں ہے خواہ گھنٹوں چلے جائیے۔ دیکھئے نہ انیون نہ کوکین نہ مقوی باہ اور اس کے مقابلہ میں آسکتے ہیں اور نہ کوئی عمل، عجیب مشق ہے۔

اگر نفس متساویہ کے وقت استقرار حمل ہوگا تو بیدار ہونے والا بچہ یا غفلت ہوگا یا مشہور و معروف فقیر ہوگا۔

غریب کی طرف خط لکھنا ہو تو قمری سرجاری میں لکھو۔ تھوڑی تھوڑی دیر کے بعد جس دم بھیج کر تے جاؤ۔ خط منجھو نہ ہو۔

کے دل پر ضرور لگے گا۔ اگر سات شمس سرجاری کے کان میں پہنچا دی جاویں کسی طریقہ سے، انشاء اللہ محبت کے واسطے اکسیر ثابت ہوں گی۔

جس دم یعنی پرانا یا دم

جس دم یعنی سانس کو روکنا۔ اس کی مشق کرنا زندگی کو بڑھاتا ہے۔ جسم میں دوران خون کو تیز کرتا ہے۔ اعضائے ریڑھ و خبیثہ کو جوان رکھتا ہے۔ حرارت خنہ بندی کو تیز رکھتا ہے۔ بال سیاہ رہتے ہیں۔ نظر تمام عمر درست رہتی ہے، دانت مضبوط رہتے ہیں۔ سر سینہ پیٹ کی بیماریوں کا واحد علاج ہے۔

گریموں کا موسم ہو تو قمری سرجاری کی حالت میں جانب مغرب منہ کر کے پالتی مار کر بیٹھنا چاہیے۔ سردیوں کا موسم ہو تو شمس سرجاری کی حالت میں جانب مشرق نشہد کی حالت میں بیٹھنا مناسب ہے۔ تمام تفکرات فراموش کر دیجئے۔ پورے سکون قلب کی حالت میں اللہ کے نام کا ورد کرتے ہوئے سانس کو خفی الوسع روکنے کی کوشش کریں۔ ہاں بدن سیدھا رکھیں۔ جسم پر سخت و چست کپڑا نہ ہو۔ کوئی شور و غل کوئی امر مانع خاشی نہ ہو۔ کوشش کیجئے زیادہ سے زیادہ وقت سانس کو روکے رکھیں۔ سانس آہستہ آہستہ اندر کی طرف کھینچے اور پیچھے پوری طور پر آ کیجیں سے بھر لیجئے۔ پھر سانس روک دیجئے اور زیادہ سے زیادہ بتنا وقت روک سکتے ہیں۔

کرکھم ... آہستہ آہستہ ... راتہر خارج کر کے تھوڑی دیر سکون اختیار

کرتے ہوئے دوبارہ بارہ جس دم کی مشق جاری رکھیں۔ تصور دے دوں
کی مشق سے آپ وقت بڑھاتے چلے جائیں۔ ایسا لطف اور سکون آئے
گا کہ آپ کا ضمیر اس بات پر آمادہ ہو گا کہ سانس لیا ہی نہ جائے۔

جس دم سکون قلب کی انتہائی منزل ہے۔ جس میں سوائے عشق
الہی کے اور کوئی خیال کوئی چیز دخل نہیں پاسکتی۔ آپ کو دن بدن زیادہ
سے زیادہ لذت حاصل ہوگی۔ اور مشق بڑھاتے بڑھاتے آپ نصف گھنٹہ

یا اس سے زیادہ وقت بھی جس دم جاری رکھ سکیں گے۔ میں نے دسمبر ۱۹۵۵ء
میں یہ مشق جاری کی۔ ایک مہینہ کی مشق میں بارہ منٹ تک جس دم کیے گا

تھا، گواہ چھوڑ دی ہے۔ مگر انسانی طاقت سے باہر ہے کہ دو منٹ تک
بھی سانس روک لے۔ بارہ منٹ تک سانس روک لینا تو بہت جوانمردی
کا کام ہے۔

اس مشق کے ساتھ ساتھ آپ لفظ اللہ کا دل پر تصور کر کے اسی اسم
اعظم کا ورد دل میں جاری رکھیں تو چند دنوں کے بعد نور کی تجلیات آپ کے
دل میں موجزن ہونا شروع ہوں گی۔ گناہوں سے نفرت اور نیک کاموں
سے محبت پیدا ہوگی۔ بُرائی جھوٹ گناہ سے پاک صاف ہو کر انسان نیک
ہو جائے گا۔

سانس کی دیگر قسمیں

تھک کے لیئے: رات روز صبح کے وقت۔ اچھا کہ دم توڑا کر

ہوسات گھونٹ پانی اس وقت پئے جب کہ سانس اندر جا رہی ہو۔ یعنی
جب سانس اندر کھینچا جائے۔ اسی وقت ایک ایک گھونٹ کر کے پی
لے یا ایک دم پی لے اور معشوق کا تصور رکھے کہ ہر گھونٹ کے ساتھ
وہ اندر جا رہا ہے۔ اس عمل سے محبوب کو بغیر کسی عمل کے تسخیر کیا جا
سکتا ہے۔

تباہی کے لئے:

جس وقت دم شمسی جاری ہو تو کالے گدھے کے کان سے تھوڑا
سافون لے لے اور کونے کے پر کے اوپر سیدھی طرف چار مرتبہ اور الٹی
طرف تین مرتبہ دشمن کا نام لکھ کر چھوڑ دے، وہ شخص تباہ و برباد ہو
جائے گا۔ کو آزندہ پکڑا جائے اور زندہ کے پر کے اوپر لکھا جائے اور
زندہ ہی کو مار دیا جائے۔

عجیب و غریب عمل

ہر وقت یہ خیال رہے کہ سانس کو نہایت آہستگی سے کھینچ کر چھوڑا
جائے اور ہر وقت اس عمل میں مشغول رہے۔ چھ مہینے کی مشق کے بعد
نیند جاتی رہے گی اور اگر نیند آئے گی بھی تب بھی اس میں بیداری کی صفت
باقی رہے گی۔ یعنی سوتے میں بھی ہر بات کو سمجھ سکے گا اور جو کچھ سنے گا
اس کو یاد رہے گا۔ اس کی طبیعت حرم و ہوا سے نفرت کرنے لگے گی

درج بہتر ہے۔ چند دنوں ہی میں کوڑھ، جذام، تپک کے مریضوں کو
ٹھیک کر دے گی۔ کوڑھ اور بدص کے مریض اس عمل سے یقیناً
صحت یاب ہو سکتے ہیں۔ بلا کسی کے مشق شروع فرما دیجئے اور دامن
مراد بھر لیجئے۔

عمل کی ترکیب یہ ہے کہ کسی کھلی جگہ یا اونچی جگہ پر کھڑے ہو کر اپنی
زبان کی نوک اوپر کے دانتوں کی جڑ میں دبا دو اور منہ بند کر کے
نہنوں سے خوب لمبی سانس لو جس قدر ممکن ہو سکے جس دم کریں۔
اب زبان کی نوک اوپر کے دانتوں کی جڑ سے اٹھا کر نیچے کے دانتوں
کی جڑ میں دبا دیں۔ اور خوب تیزی کے ساتھ لمبی سانس باہر نکالو۔
یہ عمل دس پندرہ روز صبح شام روزانہ کرو، عجیب ترین عمل ہے۔
دو تین آدمیوں سے عمل کروا چکا ہوں اور تجربہ کر چکا ہوں۔ اس
کے فوائد میں شک و شبہ کی گنجائش نہیں ہے۔

علم النفس

صبح سویرے طلوع آفتاب کے وقت کسی اونچی جگہ پر کھڑے ہو کر
مشرق کی طرف منہ کر کے گہری اور لمبی سانس پیٹ میں بھریں۔ بعد ازاں
منہ بند کر کے ناک کے راستہ ہوا خارج کر دیں۔ بہتر ہے کہ سانس شمسی
اس وقت جاری ہو۔ اگر قمری سانس ہو تب بھی نقص تو نہیں ہے۔
تاہم زیادہ فائدہ شمسی سانس میں رہے گا۔ ہاں جس وقت سانس باہر
نکالے راستہ خارج کر دیں۔ اس وقت پیٹ کو پشت کی طرف
کھینچیں، حتیٰ کہ پیٹ نیچے چلا جائے۔

کم از کم دس بار روزانہ یہ مشق کریں۔ اس مشق کے فوائد بے شمار
ہیں، بھوک خوب لگتی ہے۔ چہرے کا رنگ نکھرتا ہے۔ خون صاف
ہوتا ہے اور دوران خون صاف ہو جاتا ہے۔ دل و دماغ کو
تقویت حاصل ہوتی ہے۔ حافظہ تیز ہو جاتا ہے۔ دائمی سرور و
دائمی ندرت، زکام، کھانسی، تپ و ق، امراض ریہ کے لئے اکسیر
کم نہیں ہے، قبض دور ہوتا ہے۔ آنتوں کو قوت آتی ہے۔ غریبہ
شیخ فوائد کی حامل مشق ہے۔ بے شمار امراض معدہ و ریہ کے لئے

واجب علاج ہے۔

ایک راز کا انکشاف

ہمارے خاندان سادات گیلانی کے معزز ترین فرد جناب قبیلہ
پیر سید مخدوم محمد شاہ صاحب گیلانی مرحوم و مغفور علی اللہ تعالیٰ ملتان
کے سرکردہ افراد میں شمار کئے جاتے ہیں۔ آپ تمام عمر ڈسٹرکٹ بورڈ
ملتان کے چیرمین منتخب ہوتے رہے، اسمبلی کے ممبر رہے۔ غرضیکہ دینی
دنیا دی لحاظ سے بہت بڑے آدمی تھے۔ ایک عجیب بات ان میں دیکھی
گئی کہ کڑکتے جاڑوں میں ملل کی قمیض زیب تن فرماتے تھے اور سحر کی
کے وقت ٹھنڈے پانی سے غسل فرماتے تھے۔ لوگوں میں گمان تھا کہ
حضرت صاحب سنگھیا کھاتے ہیں۔ میں نے انہیں بچپن میں اسی حالت
میں چند بار دیکھا۔ اس وقت یہ حالت عجیب سی معلوم ہوتی تھی۔ مگر
اب معلوم ہوا کہ وہ علم النفس کے ماہر تھے۔ اور اس ذیل کی مشق کے عادی
تھے۔ اس لئے انہیں سردی نہ لگتی تھی۔ بلکہ سردی ان کے جسم پر اثر انداز
نہ ہو سکتی تھی۔

میں نے مل بڑھا، ترکیب نامکمل تھی، جہر صورت مکمل ترکیب
اپنے ذہن سے پیدا کی۔ اس پر چند دن عمل کیا، اس امر کی تصدیق ہو
گئی کہ فی الواقعہ مخدوم صاحب سنگھیا نہ کھاتے تھے بلکہ اسی عمل کے
عامل تھے۔ سنئے! اگر شوق ہو تو کر بھی دیکھیے۔

سورج طلوع ہونے سے قبل تقریباً ایک گھنٹہ حاجات ضروریہ سے
تاریف ہو کر نماز ادا کیجئے۔ پھر جانب مشرق منہ کر کے آنکھیں بند کر دیجئے۔
نفس شمسی جاری کیجئے۔ پاتھ مار کر بیٹھ جائیے۔ تصور کیجئے کہ سورج
طلوع ہو رہا ہے، صرف تصور ہی کریں (حالانکہ سورج طلوع ہونے
میں دیر ہو) اتنا واضح تصور کریں کہ آپ کو سچ صحیح معلوم ہونے لگے کہ
سورج طلوع ہو رہا ہے۔ کم از کم نصف گھنٹہ تک یہ مشق تصور جاری
رکھیں اور نفس شمسی جاری ہو۔ سانس آہستہ آہستہ لیں۔ اور آہستہ
آہستہ خارج کریں۔ اگر کچھ وقت جس دم کر سکیں تو زیادہ بہتر ہے۔
کم از کم اکیس دن اور زیادہ سے زیادہ اکتالیس دن مشق جاری
رکھیں۔ اسی دوران میں ہی بدن میں بے حد گرمی پیدا ہونے لگے گی مگر
چالیس اکتالیس دنوں کی مشق پہلے بعد آپ روزانہ کی مشق چھوڑ دیں۔
ورنہ اتنی گرمی پیدا ہو جائے گی کہ دیوانگی کا خطرہ ہے۔ ہفتہ وار ایک
بار مشق رکھتے ہوئے اس عمل کو تابو میں رکھا جاسکتا ہے۔

چہرے میں سُرخی، آنکھوں میں رعب بدن میں حرارت پیدا ہو
جائے گی۔ آپ کو کتنی سردیوں میں تنگ بدن بھی سردی محسوس نہ کریں گے۔
بلکہ بدن سے پسینہ سے شرابور نظر آئے گا۔ گرمیوں کے موسم میں مزاجی
اصلاح کرنا، یعنی سرداری وغیرہ مینا لازمی اور ضروری ہے۔ ورنہ اخلاط
میں افتراق پیدا ہو جائے گا۔ اس مشق سے آنکھوں میں اس قدر رعب
پیدا ہو جاتا ہے کہ آنکھ سے آنکھ نہیں ملائی جاسکتی۔ عامل کی آنکھ میں

قلب کی جگہ آجاتی ہے جس کو دیکھتے واسطے میں قابض نہیں ہوتی۔
 میں نے اس عمل کی چندون مشق کی مگر اندر سے اس عمل کو ادھول چھوڑ
 دینے پر آمادگی ہوں۔ اس عمل کو بھی تکمیل نہ دے سکا۔ البتہ اس تصور سے
 سے مشق یہ سبق دے گئی کہ آئندہ چند دنوں میں کپڑے اتار سے
 بغیر گزارہ نہ ہو سکا۔

وجوب و تسخیر کا بے پناہ عمل

جب سانس قمری سے تبدیل ہو کر شمسی نہیں آنا چاہتی ہے تو
 نفس تادیہ چلنے سے ایک گھڑی یعنی ۲۴ منٹ قبل ساعت زہرہ لگتی
 ہے۔ جس اس وقت اور عین اسی وقت کو سمجھیں۔ نگاہ میں رکھیں اور
 جانب مغرب منہ کر کے پیٹھی مار کر بیٹھ جاویں اور جس کو تسخیر کرنا ہو اس
 بات پر کہیں۔ اتنا پختہ تصور کہ سچ مچ وہ سامنے ہے۔ سانس قمری اندر
 کھینچیں اور تصور یہ رہے کہ مطلوب سانس کے راستے اندر کھینچ کر
 قلب میں آگیا ہے ایک ساعت پورا کریں۔ جب سانس متساویں چلتے
 لگے تو عمل بند کر دیں۔ انسانی طاقت سے باہر ہے کہ وہ اس عمل سے پنج
 لکے ذی جان تو ذی جان رہا بے جان تک کچھ کر آجائیں گے۔ معمولی بات
 سمجھ کر تسخیر نہ اڑانا۔ یہ ایک بے پناہ عمل ہے جس سے مطلوب متاثر ہوئے
 بغیر قطعاً نہیں رہ سکتا۔ البتہ جائز امور پر برتیئے۔ ناجائز امور پر عمل
 کرنے والا اپنی سزا اور جزا کا خود ذمہ دار ہو گا۔ ہم بیک و بد حضور کو

بھجھائے دیتے ہیں۔

نوٹ :- کم از کم تین دن یہ عمل کرنا ضروری ہے۔

ترک خواہشات

آپ کسی بُری عادت سے بچنا چھڑانا چاہتے ہیں۔ کوئی بھی بُری
 عادت ہو انیون، بھنگ، چرس، شراب، حقہ، گناہ غرضیکہ کوئی سنی بُری
 عادت کا آپ ازالہ چاہتے ہیں۔ اور دل سے ترک کرنے کا نہیہ کر چکے
 ہیں تو آئیے اس عمل کی مشق کیجئے۔ آپ محسوس کریں گے کہ آپ کے
 اندر اس عادت کے خلاف ایک آواز پیدا ہو چکی ہے اور آپ کا نہیہ
 اس عادت سے نفرت کر چکا ہے۔ آپ خواہ خواہ اس عادت کو ترک
 کر دینے پر مجبور ہو جائیں گے اور آپ کا نفس اس عادت کے خلاف جہاد
 پر آمادہ ہو چکا ہو گا۔ بیٹے اور غور سے ترکیب کو ملاحظہ فرمائیے کہ،
 کوئی وقت ہو جب خواہشات کا جذبہ موجزن ہو جائے۔ آپ اس
 وقت داہنے نکتے پر انگلی رکھ کر بائیں نکتے سے سانس زور سے
 کشید کریں اور بائیں نکتے پر انگلی رکھ کر دائیں نکتے کے راستے خوب
 زور سے باہر نکال دیں۔ کم از کم دس بارہ بار یہ عمل کریں۔ اتنی تھوڑی
 سی بات پر آپ ہر قسم کی عادت کو ترک کر سکتے ہیں جس وقت خواہش
 اُٹھ آئے یہ عمل کریں۔ فوراً طبیعت خلاف ہو جائے گی۔

تحفہ شباب

ایک ٹھوس سلائی چاندی کی بنوائیں۔ رات کے وقت تنہائی کے عالم میں اچیل میں دسے دیا کریں۔ جتنا وقت طبیعت برداشت کر لے اور جتنا اندر دے سکیں اتنا نائدہ مند ہے۔ ہر روز مشق بڑھاتے جائیں حتیٰ کہ سیدن تک سلائی پہنچ جائے۔ مگر سلائی داخل کرنے سے پیشتر اسے سرٹانز کرنا ضروری ہے۔ کانڈی لوشن سے اچھی طرح دھو لیں۔ اس طرح بیٹھا کریں۔ جس طرح پیشاب کرتے وقت بیٹھا کرتے ہیں جب ایک ہفتہ عشرہ میں سلائی پانچ چھ انگشت تک اندر جاسکے تب ایک خولدار سلائی بنوائیں۔ اور یہ خولدار سلائی اندر داخل کر کے بدستور مشق جاری رکھیں۔

اب یہ کوشش کریں کہ اس خولدار سلائی کے ذریعہ سے پانی اوپر جذب کریں یعنی صاف پانی کا ایک پیالہ بھر کر سلائی کا ایک سرا اندر داخل کر دیں، اور دوسرا پیالہ میں ڈبو دیں اور جس دم کریں۔ چند دنوں کی مشق سے پانی اندر کھینچ آیا کرے گا۔ اور مزید مشق جاری رکھتے ہوئے آپ اسی طریقہ سے پاؤ پاؤ بھر دوڑھ اور شہد تک پہنچ سکیں گے۔ اس دوران مشق میں باوام خنک خاص کی سردائی روزانہ پینا لازمی ہے۔

جماعت سے پرہیز اور گرم و ترش چیزیں کھانا منع ہے۔

اس مشق سے انزال، آب کے اختصار کی حالت سے طبعاً، ۳۱، ۲۰، ۱۰، ۵

قابو پا جاتی ہے اور انزال ہونا ہی نہیں۔ یہ عمل میرا معترب نہیں ہے اور نہ ہی میرے کسی دوست کا تجربہ شدہ ہے۔ البتہ علم انفس کی کتب میں اکثر اس عمل کا ذکر پڑا ہے بلکہ یہاں تک مرقوم ہے کہ ہندو یوگی اس عمل کے ذریعہ پارہ اندر کھینچ سکتے تھے۔ اور اپنے آپ پر پورا قابو ہو جاتا تھا۔

حکیموں کیلئے خاص نکتہ

مریض کو دیکھتے وقت حکیم کا شمسی سرجاری ہونا چاہیے۔ قمری سرجاری بہت تو تبدیل کرے نسخہ لکھتے وقت شمسی سرجی نا ضروری ہے مریض کو دوائی اس وقت دیں جب اس کا بایاں نتھنا (قمری سرجاری ہو پھر دیکھیے نسخہ کس طرح اثر کرتا ہے۔ میری شفا سستی کی دھوم مچی ہوئی ہے بعض اس طریقہ پر کاربند ہوں۔ اور میرا یقین کامل ہے کہ اسی عمل انفس کا کرشمہ ہے۔ لہذا آج ظاہر کر دیا ہے۔ آزمائے جس کا بی چاہے۔

معامل حضرت کیلئے نکات

جو اشخاص حب و بغض کے تعویذات کا کام کرتے ہیں یا جنہیں عام تعویذات سے تعلق ہوتا ہے ان کے لئے ضروری ہے کہ حب کے لئے قمری سرج یا ساعت نہرہ میں تعویذ لکھے اور بغض کے لئے شمسی سرج یا متاویہ میں نفس تحریر کرے۔

اگر کوئی جھگڑا ہو کر نہ ہو تو ساعت زحل میں تعویذ لکھے اور اگر

مرتب سے گرا، مقصود ہے تو ساعت مریخ میں لکھے۔ اور بخت کے لئے
ساعت مشتری نیک ساعت ہے۔ علم النفس کی تشریح کے ماتحت ان
اوقات کے متعلق وضاحت سے بیان کر چکا ہوں۔ وہاں سے دیکھ کر سمجھ
لیں۔ شمس کا تعلق اتوار سے ہے۔ قمری سر کا تعلق سوموار سے ہے۔
زہرہ جمعہ سے منسوب ہے۔ عطارد، بدھ وار۔ زحل، سنہرے۔ مریخ منگلوار
مشتری جمعرات سے تعلق رکھتا ہے۔ ان ساعات اور ایام کا لحاظ رکھتے
ہوئے تعویذات لکھیے۔ تعویذات سو فی صدی کامیاب ہوں گے۔

ایک نادروہ روزگار عمل

یہ عمل ہندوستان کے مشہور ماہر علوم فلکیات جناب شفیق رام پوری
کا عجیب عمل ہے۔ حُب کے لئے اس سے بہتر عمل روئے زمین پر نہ دیکھا گیا
ہوگا۔ لاکھوں میں سے انتخاب ہے۔ دنیا میں ایک معجزہ سے کم نہیں ہے۔
جسے علم النفس کے ماہرین نے عجیب طرح سے ترتیب دیا ہے۔ اس کے
نوائید پر شک کرنا کفرانِ نعمت سے کم نہیں ہے۔ میں نے دوستوں کو
پوری طرح سمجھا کر دس بارہ جگہ تجربہ کر کے دیکھ لیا کہ اکیس ہے تو یہ ہے
جادو ہے تو یہ ہے، عمل ہے تو یہ ہے۔ اور اگر عمل میں اثر ہے تو اسی میں
ہے۔ اب ترکیب و ترتیب ملاحظہ فرمائیے۔

سانس کی عام قسمیں تین ہیں۔

- ۱۔ شمسی
- ۲۔ قمری
- ۳۔ متساویہ

اعداد کی تین قسمیں ہیں۔ ایک ایسے اعداد جن کا نصف آسانی سے بڑھا
چلا جائے۔ مثلاً ۱۶ نصف ۸ نصف ۴ نصف ۲۔ مثلاً ۲۴ نصف ۱۲ نصف
۶ نصف ۳۔ ایسے اعداد جن کا نصف دو تین بار یا زیادہ بار آسانی سے
بڑھا چلا جائے۔ یہ اعداد قمری ہیں۔ دوسری قسم ہے ایسے اعداد کی جن کا نصف
ایک بار ہو سکے مثلاً دس نصف پانچ، چودہ نصف سات۔ یہ اعداد شمسی
کہلاتے ہیں۔

تیسری قسم ہے ان اعداد کی جن کا نصف نہ ہو سکے۔ مثلاً ۱۱، ۱۵، ۱۳
۱۳ وغیرہ وغیرہ اعداد متساویہ کہلاتے ہیں۔

اب آپ نے جس کو تسخیر کرنا ہو اس کے نام کے اعداد اور اپنے نام
کے اعداد بحساب الجبر قمری اس وقت جمع کریں جب کہ آپ کا نفس قمری
جاری ہو۔ ان اعداد کا استنتاج کریں۔ استنتاج کہتے ہیں اعداد کو جمع
کرنا۔ مثلاً

مجموعہ اعداد اسم لائے ۱۱۲ آیا ہے تو اس کا استنتاج اس طرح ہو
گا ۱+۱+۲+۱+۱=۵ یا ۳+۷+۹+۳+۳=۲۶
یا ۸+۸+۸+۸+۸=۴۰ تو اس کا استنتاج ۳۲ ہوگا۔

اب ۵ عدد متساویہ ہے۔ کیونکہ اس کا نصف نہیں ہو سکتا۔ ۲۶ کا عدد
شمسی ہے کیونکہ اس کا ایک بار نصف ۱۳ ہو سکتا ہے۔ اس کے بعد
نہیں ہو سکتا۔

اور ۳۲ کا عدد قمری ہے۔ اس کا نصف نا آخر تک بڑھا چلا جائیگا۔

یعنی ۲۲-۱۶-۸-۳-۱۲-۱ وغیرہ۔

ابجد قمریہ ہے۔

ا	ب	ج	د	و	ز	ح	ط	ی	ک	ل	م	ن
۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۲۰	۳۰	۴۰
س	ع	ف	ص	ق	ر	ش	ت	ث	خ	ذ		
۴۰	۵۰	۸۰	۹۰	۱۰۰	۲۰۰	۳۰۰	۴۰۰	۵۰۰				
ض	ط	غ										

۱۰۰۰ ۸۰۰ ۷۰۰

اب دیکھئے طالب و مطلوب کے اعداد بحساب ابجد قمری آئے ہیں تو مطلوب مقناطیسی کشش سے کینچ آئے گا۔ اور قوتِ عمل اس کو ایک ہفتہ سے بھی کم مدت میں کینچ لے گی۔ اور اگر شمسی آئے تو کشش نہ کریں اگر عمل جذب بھی کرے گا تو مطلوب کا آنا مشکل ترین امر ہے۔ بہر حال عمل بیکار ثابت نہ ہوگا۔ عمل اپنا اثر ضرور کرے گا۔ اگر متساویہ اعداد آئے ہیں تب بھی قمری کی طرح کچھ آئے گا۔ قمری شمسی اور متساویہ وغیرہ کی مدت میں عمل میں تفاوت ہے یعنی قمری عمل ایک ہفتہ سے زیادہ نہیں پڑھنا پڑتا شمسی کی معیاد تین ہفتے اور متساویہ کی معیاد ۲ ہفتہ ہے۔

یاد رکھنے کے قابل امر یہ ہے کہ دونوں ناموں کے اعداد بمع والدہ کے لئے جائیں یعنی طالب مع والدہ کے اعداد بحساب ابجد قمری لئے جائیں اب ان اعداد کے مطابق سورہ یوسف کی کوئی آیت تلاش کریں جس میں

کے اعداد اتنے ہی ہوں جتنے طالب و مطلوب مع والدہ کے اعداد ہیں۔ سورہ یوسف کی ایک آیت کو تلاش کریں۔ اتنے اعداد والی مل جائے بہت ہے کہ آیت ایسی لی جائے جس کا معنی صحیح ہو سکے۔ اگر با معنی عبارت اور فقرہ نہ آئے تو بہر صورت ایسی آیت اور فقرہ تلاش کر لیجئے۔ جو ہم عدد ضرور ہوں۔

اب رات کے وقت جب کہ بالکل خلوت ہو کوئی خیال مانع نہ ہو۔ کوئی فکر نہ کریں۔ بعد نماز عشاء عمل شروع کریں۔ اگر اعداد قمری آئے تھے تو معمولی پریشانی مار کر بیٹھ جا دیں۔ جانب مغرب منہ کریں۔ متساویہ ہوں تب بھی اسی طرح بیٹھیں۔ اگر اعداد شمسی ہوں تو جانب مشرق منہ کر کے دوڑا تو ہو کر بیٹھیں اور جس دم کریں۔ جس دم کی حالت میں آیت مذکورہ جو اعداد کے مطابق اخراج کی ہے پڑھیں۔ بتنی دیر سانس روک سکیں اور جتنی بار پڑھ سکیں۔ کوئی حد بندی نہیں ہے اور اسی طرح کم از کم ۳۲ بار جس دم کریں۔ اور آیت پڑھیں۔ آٹھ، سولہ یا چوبیس دنوں ہی میں وہ کچھ حاصل ہو جائے گا جس کے حاصل کرنے کے لئے آپ بے چین ہوں گے۔

باتھ کنگن کو آر سی کیا ہے آزما کر دیکھ لیجئے۔ سورج مشرق کی بجائے مغرب سے طلوع ہو سکتا ہے۔ مگر اس عمل کا اثر یقینی ہے۔ ایسا جرب الخرب عمل آپ کو حیران کر ڈھونڈنے سے بھی نہیں مل سکتا۔

ارتکاز توجہ، قوت خیال اور عقلی تعلیمی

انسانی دل اگر کھلا نہ ہو گا تو اس کا علم ناقص و کمزور ہو گا۔ ہمیں لازم ہے کہ ہم فراخ دل بننے کی کوشش کریں۔ علم ہی ایک چیز ہے جو انسان کی اصلی ترقی اور اصل کامیابی کا یقینی ذریعہ ہے۔ اس کا استعمال اس وقت ہو سکتا ہی نہیں جب وہ تنگ خیال بن جائے۔ علمی و عقلی معاملات میں خیال کو ایک بہت بڑی طاقت حاصل ہے۔ خیالات کوئی فرضی چیز نہیں ہیں بلکہ خیالات ایک خاص اصلیت اور اہمیت رکھتے ہیں۔ جنہوں نے گہری نظر سے فطرت کا مطالعہ کیا ہے انہیں معلوم ہے کہ، ترقی و تہذیب، گناہ و ثواب، مروج و زوال، تدبیر انسانی کے مدوجز و سبب ہی خیال کے تابع ہیں خیال ایک زبردست قوت ہے اور "خیال" کے کرشمے روز روشن کی طرح اپنے جلوے دکھایا کرتے ہیں۔

"خیال" ایک ہستی ہے۔ "خیال" ایک ذور ہے۔ خیال ایک طاقت ہے۔ خیال نیچر کا ایک "فیصلہ" ہے۔ خیال دنیا کا ایک بہت بڑا "مرکز علم" ہے۔ جو انسانوں کے استعمال کے لئے دنیا میں بکھرا ہوا ہے۔ "خیال" منتظر رہتا ہے کہ لوگ اسے استعمال کریں اور اپنے کام میں لائیں۔ علم خیال کیا ہے؟

سوال کا جواب دینا ہی اس مضمون کا مقصد نہیں ہے۔ "علم خیال" ایک ایسی طاقت ہے کہ اس کے محیط کا پتہ لگانا بے حد مشکل کام ہے۔ اس علم کا کوئی حد و حساب ہے ہی نہیں۔ "علم خیال" تعلق رکھتا ہے جسم سے، دماغ سے، روح سے، نفس سے، دنیا سے، آخرت سے، سائنس سے، مذہب سے، کامیابی سے اور ناکامیابی سے۔ اور میں تو بلا مبالغہ کہنے کو تیار ہوں کہ اس دنیاوی ہستی کو چھوڑ دینے کے بعد بھی ————— اس کا تعلق ہماری برزخی اور روحی زندگی سے قائم رہتا ہے۔

علم خیال کا قانون اور اس کے اصول اتنے ہی قدیم ہیں جتنی کہ انسانی تاریخ کی قدامت ہے۔ جب سے انسان خلق ہوا۔ اس وقت سے خیال اس کے ساتھ ساتھ ہے۔

دنیاوی ترقی کے مختلف مراحل میں انسان نے کسی حد تک اس قانون ہستی کا پتہ لگانے کی کوشش ضرور کی۔ مگر اب تک انسان اس کی "انتقاہ" کو نہیں سمجھ سکا۔

علم خیال کو سمجھنے کے بعد ہی انسانوں نے مختلف علوم کی بنیاد رکھی۔ جن علوم کے مختصر سے نام دہرائے دیتا ہوں۔ مثلاً مسمریزم، اپناٹزم، اسپرٹیزم، کلیروانس، کلیراڈینس، ٹیلی پتھی، حاضراتِ ارواح۔ اور یہ تمام روحانی علوم نتیجہ ہیں صرف قوت خیال سے کام لینے کا۔

تمام روحانی سائنس میں قوت خیال کا قانون ہی کام کرتا ہے۔

روحانی قوت کی مختلف شاخوں کی "تکسب و تکمیل" انسان کی خیالی فضا میں
 اور علم خیال کی فوقیت کی راہ میں ابتدائی مراحل تھے جس طرح کسی زبا
 کے سیکھنے کے لئے یہ ضروری ہے کہ وہ علمی واقفیت کے لئے اس زبان کے
 حروف تہجی پہلے پڑھ لے۔ پھر الفاظ اور ان کی جنہ نیابت کو یاد کرے۔ اسی
 طرح انسان کے لئے اس علم میں بتدریج ترقی کے ذریعہ موجود ہیں۔
 اس "قوت خیال" کو مختلف ناموں سے موسوم کیا جاتا ہے۔
 علم حیات کے علماء اسے "زندگی" کہتے ہیں۔ علم طبیات والے اسے
 "خیال" کہتے ہیں اور فلاسفر اسے "لا محدود طاقت" کا نام دیتے ہیں۔

اب آئیے سنئے کہ علم خیال کیا چیز ہے؟
 علم خیال "رمانی ترتیب کے تین طاقتوں" کے ساتھ کام کرے۔ اسے کا
 تین ہے۔ ان میں سے پہلی چیز کا نام ہے خیال۔ دوسری طاقت کا نام ہے
 اخیر اور تیسری قوت کا نام ہے قوت ارادی۔
 "خیال" اور اس کی طاقت کا نام ہے۔ یہ طاقت دل و دماغ کے باہم
 تعاون سے روحانی لہروں کی صورت میں پیدا ہوتی ہیں۔

ایک قوت کی طاقت "لگاتار سوچنے" سے دماغ میں پیدا ہوتی ہے۔ یہ وہ
 قوت ہے جس پر "خیال" کی دھاریں دماغ کے پردوں سے نکل کر باہر کی
 طرف دوڑتی ہیں۔

"قوت ارادی" وہ جذبہ ہے جو ان ہر دو کی صحیح رہبری کرتی ہے۔ اور جب
 قوت خیال اور ایصر کے ساتھ مل کر قوت ارادی اپنا کام کرتی ہے تو مادی فضا

کا لوٹ پیدا نہیں کر سکتے۔
 خیال سے طاقت پیدا ہوتی ہے۔ پھر بتدریج اس سے حرکت اور
 کام کا ظہور ہوتا ہے اور جس وقت خیال کی تھر تھرنے والی دھاریں
 دماغ سے نکلنے لگتی ہیں تو ہوا کے ذرات خیال کی لہروں کو کڑہ بادیں
 پھیلا دیتے ہیں۔

اگر آپ کی قوت خیال اور ایصری قوت میں، قوت ارادی نے اپنا پورا
 پورا کام کیا تو آپ کے خیال کی لہریں ان واحدیں پوری دنیا میں پھیل سکتی
 ہیں اور اسی کو ٹیلی پتھسی کہتے ہیں۔

قوت خیال کی کمزوری سے جو لہریں فضا میں پیدا ہوتی ہیں وہ صرف
 معمولی حدود تک فضا میں ارتعاش پیدا کر سکتی ہیں۔ ان کی مثال اس
 خفیف جھونکے کی طرح ہے۔ جو صرف چند پتوں کو حرکت دے سکے۔ مگر
 طاقت ور خیالات لا محدود قیہ کے ذرات فضا پر اثر انداز ہوتے ہیں۔

"مارکونی" (جو بے تار برقی کے پیغام رسانی کا موجد ہے) کہتا ہے کہ
 قوت خیال کا ہر لفظ ہوا میں اس طرح جنبش پیدا کرتا ہے جس طرح جھیل
 میں کوئی کنکر پھینکنے سے پانی میں لہریں پھیلتی چلی جاتی ہیں۔

قوت خیال کی یہ لہریں بھی بڑی بڑی دور تک پہنچ جاتی ہیں خواہ فاصلہ
 کتنا ہی دور کیوں نہ ہو۔ اور تعجب اس بات پر ہے کہ یہ لہریں —
 ٹیلیگراف کے ہر اکہ پر محسوس بھی ہو سکتی ہیں۔

عقل ہمیشہ سے پہلے اور ہمیشہ رہے گی۔ عقل کوئی نئی چیز نہیں ہے۔

”خیالات“ اسی عقلی ذخیرہ کے جنوہ ہیں۔ اور ان سے ایسے ایسے کام بھی کر جاسکتے ہیں کہ جن کو دوسرے لوگ وہم یا خرق العادت کے نام سے موسوم کرتے ہیں۔ خیالات کا صحیح مصرف فی الواقعہ خرق العادت کہلانے کا مستحق ہے۔ ہم دوسرے لوگوں کے متعلق جو کچھ سوچتے ہیں۔ اس سوچ کا اثر دوسرے لوگوں پر ضرور پڑتا ہے۔ اور بالکل ہمارے ہی خیالات کے مطابق ان میں جذبات بھی پیدا ہوتے ہیں۔

دوسرے لوگوں پر اثر انداز ہونے والے ”جذبات“ صرف خیال بھیجنے والے کی قوت ارادی کے مطابق پیدا کرتے ہیں۔ خیال بھیجنے والے کی قوت ارادی اگر مضبوط ہے تو جذبات قوی پیدا ہوتے ہیں۔ اور خیال بھیجنے والے کی قوت ارادی اگر کمزور ہے۔ تو جذبات بھی کمزور پیدا ہوتے ہیں۔

دوسرے لفظوں میں یہ کہوں گا کہ خیالات کو کسی خاص آدمی کی طرف اگر بھیجا جائے اور کمزور قوت ارادی سے کام لے کر بھیجا جائے تو وہ خیالات فضا میں معمولی سا ارتعاش پیدا کر کے وہیں گم ہو جائیں گے۔ اور اگر مضبوط قوت ارادی سے کام لے کر بھیجا جائے تو وہ خیال لہریں اس شخص سے ضرور ٹکراتی ہیں اور بجلی کی لہروں کی طرح آن و آمد میں خیالات اپنے اصل مقام پر پہنچ جاتے ہیں۔

گویا قوت خیال اور قوت ارادی کا چولی دامن کا ساتھ ہے۔ جب یہ دونوں قوتیں مل کر کام کرتی ہیں تو حیرت انگیز واقعات ظہور پذیر ہو سکتے

دنیا میں سینکڑوں بلکہ ہزاروں انسان اس طریقہ سے اپنے خیالات کو دوسروں تک پہنچا سکتے ہیں۔ اور میں بھی دسبے لفظوں میں اتنی گزارش کروں گا۔ کہ ”میں بھی اس قوت پر قابو رکھنا ہوں“ میرے خیال میں آپ مان جائیں گے اور میں نے اپنے کسی پچھلے مضمون میں یہ بات اشارۃً لکھی تھی کہ ایک موقع پر اپنے علاقہ کے ایک رئیس کو اسی طرح کا پیغام پہنچایا تھا، اور میرا پیغام فی الواقعہ اس کے ذہن نے جذب کیا تھا۔ اور میرے مطلب کی چیز انہوں نے مجھے بھیج دی تھی۔ ایسے ہی تجربات آئے دن کرتا رہتا ہوں۔ مگر یہ سب کچھ خیال کی پختگی اور قوت ارادی پر مبنی ہے کہ بہت ہی جلد کامیاب ہو جائیں۔

دسب سے پہلے آپ اپنی قوت ارادی کو مضبوط بنائیں۔ اگر آپ کا ارادہ متزلزل نہیں اور اگر آپ کے ارادے میں دوغلا پن نہیں۔ تو آپ یقیناً کامیاب ہیں۔

ارادہ اور ایسا ارادہ کہ جس میں کوئی ختم نہ ہو جس میں کوئی توڑ موڑ نہ ہو۔ ایک اٹل فیصلہ اور ایک اٹل ارادہ ہی آپ کو کامیابی سے ہمکنار کر سکتا ہے۔ دوسو سو، واہوں اور تخیلات کے پیچ و خم میں آپ کبھی کامیاب نہیں ہو سکتے۔

ارتکار و توجہ ، قوت ارادی کی اہمیت

ڈاکٹر براؤن کہتا ہے کہ نہ بھلی طاقت ہے نہ طاقت کشش و
تانیہ نہ متناطیس میں، نہ مل کیبیائی میں بلکہ اصل طاقت قوت ارادی

ہے۔

قوت ارادی اس طاقت کی رہبری کرتی ہے جو دماغ سے نکلتی ہے
جو اس کے رخ اور اس کی مسافت کا فیصلہ بھی کرتی ہے جس طرح جہاز
پیلوٹس کی سمت کو بدل کر رہتا ہے۔ اسی طرح ہماری قوت ارادی ہمارے خیالات
کو پھیرتی رہتی ہے۔ قوت ارادی ایسی دماغی قوت ہے جو استخوان کو اپنے
بست بھجوتی رہتی ہے۔

قوت ارادی اس بات کا اندازہ بھی لگا لیتی ہے کہ کس حد تک اپنے خیالات
سے دوسرے شخص کو متاثر کرنا مقصود ہے۔

قوت ارادی ہی دل کو یکسو کر کے دماغ کی طرف خیالات کی کشش میں
مددتی ہے۔ اگر خیالات موافق ہیں تو وہ ان کی دھار کو دماغ میں داخل
کرنے کی اجازت دے دیتی ہے۔ (کیونکہ دنیا کی ہر ہم جنس چیز میں کشش
موجود ہے۔)

اگر آدمی یہ چاہے کہ اس کی طرف نیک خیالات رجوع کریں تو نیک
خیالات ہی اس کے دماغ تک آ سکتے ہیں۔ عام طور پر بہت سے
آدمی مضبوط قوت ارادی کے مالک ہوا کرتے ہیں۔ مگر کچھ لوگ قوت
ارادی کے کچے اور دھلیل یقین ہوتے ہیں۔ مضبوط قوت ارادی کا مالک
اپنے خیالات کو دور دور تک بھیج سکتا ہے۔ مگر کمزور قوت ارادی والا
شخص ایسا نہیں کر سکتا۔ آپ نے دیکھا ہو گا کہ کئی اشخاص ملک بھر میں
مشہور ہوا کرتے ہیں۔ اور کچھ ایسے بھی ہوا کرتے ہیں کہ ان کے
ہمسایوں کے سوا مان کو کوئی اور شخص نہیں جانتا۔

مشہور آدمی وہی ہو سکتا ہے جس نے اپنی قوت ارادی کے ساتھ
خیالات کی لہروں کو حرکت دی۔ اور وہ خیالات دنیا کے ارد گرد چکر لگانے
لگے۔ جو لوگ دنیا میں کاروبار کے سلسلہ میں اپنے خیالات کی لہریں پبلک
میں بھیجتے ہیں وہ کامیاب اور مشہور ہو جاتے ہیں۔ ہزاروں آدمی ان
خیالات کو قبول کر لیتے ہیں۔ اگر ایسی قوت ارادی والا شخص مصنف
ہے تو ہزاروں لوگ اس کی کتابوں اور مضامین کو پڑھنے کے لئے بے
چین ہوتے ہیں۔

اگر موسیقار ہے تو لاکھوں لوگ اس کی دھنوں کو ریڈیو پر سننے
کے شائق ہوتے ہیں۔ اگر یہ شخص بازگیر ہے تو سینکڑوں لوگ اس کا
تماشہ دیکھنے کے لئے دوڑتے ہیں۔ اور اگر تاجر ہے تو اس کے ہزاروں
گاہک ہیں۔

جب اس نے شروع شروع میں اپنے خیالات کو دماغ سے باہر نکالتا تو ہوا کے کمزور قبضوں کے سے زیادہ ان خیالات کو وقعت حاصل نہ تھی۔ اور جب قوت ارادی مضبوط ہو گئی تو اس کے خیالات بڑی دوسرے ایک پیل گئے۔ اور یہ خیالات طوفان اور آندھی بن گئے۔ اور ہر جگہ اس شخص کی دسوم مچ گئی۔ ایک بات یاد رکھیے کہ ذاتی مقناطیسی قوت نے اس کو بام شہرت پر نہیں پہنچایا۔ (کیونکہ عام پبلک اس کی ذاتی مقناطیسی قوت سے متاثر نہیں ہو سکتی) بلکہ اس شخص نے علم خیال کی مدد سے لوگوں کے دلوں تک رسائی حاصل کی۔

بعض اوقات ایسا بھی ہوتا ہے کہ ایک کامیاب آدمی جب غرور و تکبر میں آجائے اور اپنی کامیابی کے باعث شاہی پر واہ ہو جائے تو پبلک میں اپنے مضبوط خیالات کی لہریں نہیں بھیج سکتا اور رک جاتا ہے۔ نتیجہ نکلتا ہے کہ دن بدن اس کی شہرت زوال پذیر ہوتی جاتی ہے اور پھر دوسرا شخص جو اس سے زیادہ مضبوط خیالات بھیج رہا ہے اس کی جگہ لے لیتا ہے۔ اور عوام کی توجہ پر قابو حاصل کر لیتا ہے۔

یہ تار کی ٹیلیگرافی ایک مسلمہ واقعہ ہے۔ ہزاروں میل کے فاصلے پر بغیر تار کے پیغام اور خبریں بھیجی گئیں، اور بھیجی جا رہی ہیں اور سائنس کا یہ ایک غنیمت کا رنایہ ہے۔ کترہ باد میں ایتھر کی لہروں نے خبر کو دور دور تک پہنچا دیا۔ دماغ سے نکلنے والے خیالات کی لہریں بھی بالکل اسی طرح کترہ باد میں پھیل کر پیغام پہنچاتی ہیں۔ کترہ باد میں جو لہریں

اٹکتی ہیں۔ ہر دو حالت میں وہ ایک جیسی ہوتی ہیں۔

خیالات بھیجنے کا طریقہ بھی بالکل ویسا ہی ہے جیسا کہ بے تار کی خبریں بھیجی جاتی ہیں۔ بے تار کی خبروں یا قوت ارادی کے پیامات سے کترہ باد میں دھاروں اور لہروں کا سلسلہ شروع ہو جائے گا۔ ان دھاروں کی ضخامت اور مضبوطی قوت ارادی کی پختگی کے لحاظ سے ہوگی۔ جتنی مضبوط قوت ارادی اتنی ہی وسیع لہر ہوگی۔

”خیال کیا چیز ہے“

خیال ایک دوسرے کے حالات جاننے کا اصل ذریعہ ہے۔ زبان سے بولنے کو خیال نہیں کہتے بلکہ بولنا یا زبان کے ذریعہ خیال کا اظہار کرنا ایک فن ہے۔ جو سیکھنے سے آتا ہے۔

اصطلاح صوفیاء میں خاموشی سے خیال بھیجنے کو زبان حال کہتے ہیں۔ اور زبان سے بول کر خیال بھیجنے کو زبان قال کہا جاتا ہے۔ ایک بچہ بول نہیں سکتا۔ لیکن خیال کی زبان کو سمجھ سکتا ہے اور بچہ جوں جوں عمر میں بڑھتا جاتا ہے۔ توں توں وہ خیالات کے اظہار کا ڈھنگ سیکھ لیتا ہے۔ مگر کہنے کی بات یہ ہے کہ نہ بول سکنے والا بچہ دوسروں کے خیالات سے آگاہ ضرور ہوتا ہے۔

حیوانات بھی خیالات کو قبول کرنے کی قدرتی طاقت رکھتے ہیں۔ انسان اور حیوان میں باہمی طور پر ہمدردی کا جذبہ موجود ہوتا ہے۔ ایک حیوان اپنے مالک کے خیالات ہمیشہ محاسب لیا کرتا ہے۔

جانوروں میں قدرت کی دی ہوئی ایک قوت اور بھی موجود رہا کرتی ہے جب تک میں آگ لگنے کا خدشہ ہو تو جانور کئی دن پہلے ہی اس جنگل کو چھوڑ کر دور بھاگ جاتے ہیں۔

ہرگز موسم کی تبدیلی پر شمال سے جنوب اور جنوب سے شمال چلے جاتے ہیں۔ گویا جانوروں میں عقل ہے اور جہاں جہاں عقل ہے وہاں وہاں خیالات کو سمجھنے کی قوت موجود ہے۔

قوت کا نام۔ صرف خیالات کے اظہار کا ایک آلہ ہے۔ اور اس قوت استعمال محدود ہے۔ کیونکہ انسانی آواز محدود فاصلہ تک جاسکتی ہے۔ مگر خیالات کی آواز ہزاروں میلوں تک پہنچ سکتی ہے جس طرح ہم ٹیلیفون بیڑے کے بھیج سکتے ہیں۔ اسی طرح ہم خیالات کو بھی بغیرسانی مدد کے ظاہر کر سکتے ہیں۔

اُسے مذہب کی روشنی میں "دعا" کے مفہوم کو سمجھئے یہ ضروری نہیں ہے کہ ہم اپنی آواز سے اپنے پروردگار کے حضور میں دعا مانگیں۔ یہ کوئی ضروری نہیں ہے۔ بلکہ حقیقت میں خیال کی زبان سے دعا مانگنے میں بڑا اثر ہے۔ خیالات کو جب ایک ایسے زبان بچہ اور ایک لنگہ جانور بھی سمجھنے کی اہلیت رکھتا ہے تو خلائق عالم خیالات کو کس طرح نہیں سمجھ سکتا؟ بلکہ میرا عقیدہ یہ ہے کہ خیالات میں ڈوبی ہوئی دعا اللہ کی مقدس بارگاہ میں ضرور قبول ہوتی ہے۔

ہم سب جانتے ہیں کہ ہر قسم کی زندگی اور اجرام سماوی کی تمام حرکات

کے پس پشت ایک ایسی قسم کی طاقت موجود ہے جس کو ہم دیکھ سکتے ہیں۔ نہ ہی جس کی تشریح کر سکتے ہیں۔ دنیا والوں کو ایکڑ مٹی (قوت برقیہ) کا کچھ علم ہو گیا ہے اور اس علم کے ذریعہ سے گرمی اور روشنی بجلی سے حاصل کی گئی ہے بلکہ بجلی دنیا بھر کے کارخانوں، مشینوں اور انجنوں کے پٹر زوں کو متحرک رکھتی ہے۔

مگر بجلی کی یہ طاقت کسی مشین سے یا کسی "کل" پرزے سے پیدا نہیں کی گئی بلکہ یہ قوت دنیا میں ہر جگہ موجود ہے اور انسان نے اس پر صرف تعریف حاصل کیا ہے۔ باریکہ دونوں انسان نے تعریف حاصل کرنے کا راز پالیا ہے۔ انسان ان سب طاقتوں سے زیادہ طاقتور ہے۔

خیال کی طاقت جس کا اظہار دماغ سے ہوتا ہے دنیا میں سب سے زبردست طاقت ہے۔ اسی کو "زندگی کی حرکت" اور روح کی طاقت کہا جاتا ہے۔

یہ طاقت ہر جگہ ہے۔ انسان مرجاتا ہے مگر اس کے اثرات کو موت نہیں آتی۔ انسان کے دماغ سے برآمد شدہ خیالات ہمیشہ زندہ رہتے ہیں۔

کشف القبور

زندوں کو بھڑپینے ان سے باتیں کرنے سے کیا فائدہ؟ آج تو ہر
زندہ "تفکرات کے باعث" زندہ درگور" نظر آتا ہے۔ ان سے بات بھی
کریں گے تو فضول! بالکل فضول! — یہی گرائی کی باتیں — بے
روزگاری کے تذکرے — مصائب و آلام کے رونے — !!

بھڑپینے انہیں — آئینہ مریدوں سے باتیں کریں — مریدوں
سے کریں یا غمخواروں سے — مگر مریدوں سے کریں — کچھ ان کی سُنیں —
کچھ اپنا کہیں — مگر کسی ایسی بات کی اجازت مطلقاً نہیں، جس
سے ان کو نفیس پہنچے۔

مریدوں کی ملاقات سے پہلے اپنے آپ کو سنبھال لیجئے۔ "دل کڑا"
کر لیجئے۔ اطمینانِ قلب حاصل کر لیجئے۔ آپ شاد گیلانی کا انٹرویو نہیں لے رہے
بلکہ مرحوم و مغفور سے ملاقات کر رہے ہیں۔ جو عالم برزخ کے باسی ہیں۔ مگر
یہی عالم تو آپ کا "آبائی وطن" ہے۔ اس عالم کی سیر سے گھبرانے کی کوئی بات
نہیں ہے۔

کسی بھی نیک دن پہلے عمل شروع کر دیں اور اس کی زکوٰۃ دے دیں۔

عشاء کی نماز کے بعد پہلے دن پانچ ہزار بار "یا احمد اللہ المستمد"
پڑھیں۔ دوسرے دن چار ہزار بار تیسرے دن تین ہزار بار۔ اور اس
کے بعد عمل کو قابو میں رکھنے کے لئے ہر روز ایک سو پڑھ لیا کریں۔
اس عمل کی برکت سے آپ ہر مرحوم سے ملاقات کر سکتے ہیں۔ اور ہر
روز کر سکتے ہیں۔ مردہ سے ملاقات کرنے سے پہلے غسل کریں پھر تجدید
وضو کریں اور جس مرحوم کی زیارت کرنا مطلوب ہو اس کی قبر کے پہلو
میں دو زانو ہو کر بیٹھ جائیں۔ آپ کا منہ مغرب کی طرف ہو۔ ایک تسبیح
دور در شریف پڑھ کر آنکھیں بند کر دیں۔ لمبے لمبے اور آہستہ آہستہ دو چار بار
سانس لیں تاکہ دل کی اضطراب کی کیفیت دور ہو جائے۔

اس کے بعد "یا احمد اللہ المستمد" ایک ہزار بار پڑھیں۔ بعد اذنتم ہوئے
ہی بند آنکھوں کے سامنے روح کا ہیولہ ظاہر ہوگا اور پھر ستم طور پر آپ کے سامنے
ہوگا۔ ڈریں نہیں ورنہ عمل ضائع ہو جائے گا۔

اطمینانِ قلب سے اسے السلام علیکم کہیں اور جواب دینے پر مطلب
کی باتیں کریں۔ تجربہ اور ریاضت، بڑھ جانے کے بعد کھلی آنکھوں سے بھی
مرحوم کی زیارت ہو سکتی ہے۔

یہ عمل مجھے ٹوبہ ٹیک سنگھ کے مشہور مددگار حکیم جناب محمد رفیق مرحوم
نے عطا کیا تھا۔ اور میں نے اس کا دستاویزات پر تجربہ بھی کیا ہے۔ عمل درست
ہے۔ میں جناب عامل لیاقت صاحب کی شخصیت کی خاطر یہ عمل آپ کو دے
را ہوں۔ اللہ آپ کو کامیاب فرمائے۔

میں نے اس عمل کا دوبارہ تجربہ یوں کیا ہے کہ کسی کو کانوں کان خیر شک نہ ہوئی اور نہ ہی کسی کو بتانے کا ارادہ مختار عمل درست ہے اور اس کی محنت پر شک نہیں ہے۔ البتہ کمزور دل والے لوگ اس کو ہرگز نہ کریں۔

نقش مثلث کی زکوٰۃ کا

حاصل الخاص قاعدہ

سندھ کے ایک عظیم روحانی بزرگ کا عطیہ
جو آپ کو کسی کتاب میں نہ ملے گا !

نقش مثلث اگر بغیر زکوٰۃ کے لکھا جائے تب بھی نائد سے خال نہیں ہے۔ اور اگر زکوٰۃ دے دی جائے تو سبحان اللہ۔ یہ نقش زکوٰۃ کے بعد اس قدر موثر ہو جاتا ہے کہ بیان سے باہر ہے۔ صاحب زکوٰۃ کی روحانی قوتیں بغیر ہر جاتی ہیں اور نقش ہر مقصد کے لئے سریع الاثر ہو جاتا ہے۔ نقش مثلث کی زکوٰۃ کے مختلف طریقے اور قواعد سے ہیں۔ آسان بھی اور مشکل بھی، کم اثر بھی اور پر اثر بھی۔ مگر یہ قاعدہ بے حد آسان بھی ہے اور بے حد موثر بھی۔

ایسا چاند جس کے ۲۹ دن ہوں، اس چاند کی یکم تاریخ کو تل شروع کیا جائے۔ تل شروع کرنے سے قبل آم کے درخت کی ایک چھوٹی سی تختی، انار کی لکڑی کا قلم اور زعفران کی سیاہی بنالی جائے۔

عزیمت یکم چاند کی رات سے لے کر ۲۹ چاند کی رات تک ہر رات بعد عشر پڑھنا ہے اور نقش طلوع آفتاب سے قبل زعفران کی سیاہی سے انار کے قلم سے آم کی تختی پر لکھنا ہے۔ ایک بالٹی پانی کی بھر کر سامنے رکھ لیں۔ بند

۸	۱	۶
۳	۵	۷
۴	۹	۲

اور تھوڑے سے آٹے کو آم کی تختی پر مل کر نقش مٹا دیں۔ یہ آٹا بالٹی وانے پانی ڈال دیں۔ اور بالٹی کا پانی کسی ایسی جگہ الٹ جس جگہ انسان کے قدم نہ لگیں اگر بہتے پانی کے کنارے پر بیٹھ کر یہ نقش بہر روز لکھا جاوے تو زیادہ بہتر ہے اس صورت میں آم کی تختی پر آٹا خوب مل کر نقش کو مٹا کر اس آٹے کو بہتے پانی میں ڈال دیا کریں۔ مگر اس کے لئے ایک اور کڑی شرط یہ بھی ہے کہ جب تک کہ دایں گھرنہ پہنچیں کسی سے آتے جاتے وقت بات نہ کی جائے۔ اسی طریقے سے چاند کی پہلی تاریخ کو ایک نقش لکھ کر مٹا دیں۔

دوسری تاریخ کو دو نقش لکھ کر مٹا دیں۔

تیسری تاریخ کو تین نقش لکھ کر مٹا دیں۔

چاند کی ۵ تاریخ کو ۵ نقش لکھ کر مٹا دیں۔ اسی طرح ۱۵ تاریخ تک

ایک ایک نقش روزانہ بڑھا کر لکھتا ہے۔ اس کے بعد یعنی ۱۶ تاریخ سے

ایک ایک نقش روزانہ کم کرتے جائیں مثلاً

۱۶ تاریخ کو ۱۴ نقش لکھ کر مٹا دیں۔

۱۷ تاریخ کو ۱۳ نقش لکھ کر مٹا دیں۔

اور چاند کی ۲۹ تاریخ کو ایک نقش لکھتا ہے۔ مگر یہ آخری نقش ہر کی تختی کی بجائے ہرن کی تھلی پر لکھتا ہے۔ اور اس آخری نقش کو ہمیشہ اپنے پاس رکھتا ہے۔

صاحب مذکورہ سیف زبان ہو جائے گا۔ جو کچھ چاہے گا۔ قدرت اس کا مقصد پورا کرے گی۔ تسخیر خلق آتھا سے زیادہ ہوگی۔ روپے پیسے کی افراط ہوگی، ہر شخص تیر دل سے عزت کرے گا۔ جس شخص کے لئے لکھ کر دینا مقصود ہو اس کے نام اور مقصد کے

حروف کے اعداد بذریعہ الجبر قمری نکال کر اس مجموعہ میں ۲۰۰۴ کی ایڑا دیں کہہ کے نقش مثلث آتش پر کر کے دیا جائے۔ انشاء اللہ قدرت اس شخص کا مقصد پورا کرے گی۔

عزیمت درج ذیل ہے۔ ہر شب یکم چاند سے ۲۹ چاند تک ہر رات ۲۰۰۴ بار پڑھنا ضروری ہے۔ اور بعد میں عل قابو میں رکھنے کے لئے ۱۰۱ بار پڑھنا لازمی ہے۔

عزیمت یہ ہے۔

یا جبرائیلؑ ویا دردا ئیلؑ ویا رقتا ئیلؑ ویا تکفیلؑ
اَہْزَطُ حَقِّ یَا بَدَّوَج۔

مفید نگینہ کا اصول

جفر، نجوم، رمل اور علم الاسداد میں کئی ایسے طریقے موجود ہیں۔ جن سے کسی شخص کے لئے مفید نگینہ کا پتہ چل سکتا ہے۔ میرے پاس سینکڑوں لوگ دریائے نگینہ کی خاطر آچکے ہیں اور میں انہیں علوم فلکیات کی روشنی میں ان کے لئے مفید نگینہ بتا چکا ہوں۔ مگر علیاتی طریقے ان سب قواعد سے بالاتر ہیں۔ میرے پاس بھی ایک اعلیٰ قلمندہ موجود ہے۔

اگر کسی شخص کے لئے نگینہ کا مفید یا نامفید معلوم کرنا درکار ہو تو نگینہ کو کچے چادروں کے برابر تول لیا جائے۔ اور کچے چادروں کو ایک پڑیہ میں بند کر دیں۔

رات کو سوتے وقت سر ہانے کے ایک طرف کچے چادروں کی پڑیہ رکھ دیں۔ اور دوسری طرف نگینہ رکھ دیں۔ سونے سے قبل سو دفعہ درج ذیل عبارت پڑھیں۔

”خداوند مقصودم رساں زود بحق حقت معرفت معرفی کرخی“

اور پھر سو جائیں۔ سبج جاگ کر نگینہ اور چادروں کو پھر تو لیں۔ آپ تعجب کریں گے کہ ان میں سے ایک چیز کا وزن ضرور بڑھ جائے گا۔ چادروں میں بڑھ جائیں گے یا نگینہ، اگر نگینہ مفید ہو گا تو نگینہ کا وزن چادروں سے بڑھ جائے گا۔ اور اگر نگینہ نامفید ہو گا تو چادروں کا وزن بڑھ جائے گا۔ عجیب تماشہ ہے۔ آپ آزما کر دیکھ لیں۔ اگر وزن برابر رہے تو نگینہ نہ مفید ہے نہ ہی غیر مفید۔

آئینہ بینی

شیعہ بینی، نقطہ بینی، ماہ بینی اور آئینہ بینی، اس قسم کی تمام "بینیاں" میں اس لئے ہیں کہ انسان یکسوئی حاصل کر سکے۔ انسانی توجہ اگر ایک نقطہ پر سمٹ جائے تو انسان مافوق العادت اور خرق العادات کا حامل بن جائے۔

آئینہ بینی یکسوئی اور قوائی بالطنی کے لئے ایک بہترین ذریعہ ہے جس نے خود بھی آئینہ بینی کی بنیاد پر اپنے تجربات کی روشنی میں سب کچھ بیان کر دیں گے۔

میں نے اس مشق کو ستمبر ۱۹۴۰ء میں شروع کیا تھا۔ چونکہ یکسوئی حاصل کرنے کی بے شمار مشقیں پہلے کر چکا ہوں۔ اس لئے اس مشق سے صرف دو تین دنوں میں ہی اپنے مقصد کو پایا۔ مبتدی حضرات کے لئے البتہ دیر کی ضرورت ہے۔ اور جو دوست کسی بھی "ارتکا ز توجہ" کی مشق کو پہلے کر چکے ہیں۔ ان کے لئے بھی آسانی رہے گی اور بہت جلد مقصد کو پالیں گے۔

ایک آئینہ خرید فرمائیں۔ مگر اتنا بڑا کہ جس میں آپ کو اپنا پورا

چہرہ گردن تک آسانی سے نظر کر سکے۔ آئینہ بہترین ہونا ضروری ہے۔ آج کل بازار میں ایسے آئینے کثرت سے ملا کرتے ہیں۔ جن میں ابھی بھلی صورت والا آئینہ بھی کارٹون بن جاتا ہے۔ آپ نے کارٹون بننے یا بنانے کی مشق نہیں کرنا۔ بلکہ "روحیت" سے کھیلنا ہے۔ اس لئے بہترین قسم کا آئینہ خرید فرمائیں۔ اور ایک سیاہ پردہ اس آئینے پر لگا کر اسے اپنے صندوق میں حفاظت سے رکھ دیں کسی بھی اور شخص کو اس آئینے میں "صورت بینی" کی اجازت نہ دی جائے۔ ورنہ آپ کی بینی میں نقص آجائے گا۔

فحش کا لہر تلاش کریں۔ ایسا وقت جب کہ آپ کو بلائے والا کوئی شخص آپ کے مقصد میں حارح نہ ہو۔ اگر آپ مشق میں مستغرق ہوں اور آپ سے ملنے والے دروازہ کو توڑنے کی مشق کر رہے ہیں۔ تو آپ کی مشق کبھی کامیاب نہ ہو سکے گی۔

دن کا وقت ہو تو کمرہ کی کھڑکیاں، روشن دان اور دروازے بند کر دیں۔ کمرہ میں صرف اتنی روشنی ہو کہ آپ آئینے میں اپنی شکل کو آسانی سے دیکھ سکیں۔

گھپ اندھیرا اچھا جائے تو "ذیرہ" کا لب یا ایک موم بتی کی روشنی کافی ہوگی۔ مگر اس روشنی کا عکس آئینے میں ہرگز ہرگز نہ پڑے۔ کھڑک کھڑک، شور و غل اور گہما گہمی سے دور رہ کر، اس مشق کو شروع کر دیں۔ آئینے کو میز پر ایک فٹ کے فاصلے پر رکھ کر، کرسی پر آرام بیٹھ کر آئینہ بنو، شروع کر دیں۔ مگر مشق سے قبل منہ نہ کرے حارح یا غمراہ نہ ہو۔

آہستہ تک کے ذریعہ اندر کھینچیں اور آہستگی سے باہر نکالیں۔

تمام خیالات کو "ذہن" کی تالی بجا کر باہر نکل جانے کا حکم دے دیں۔ مگر
میں یوں سمجھیں کہ آپ موجود ہیں یا آپ کا آئینہ۔ ایک دو تین! بس
کٹائی باندھ کر آئینہ کو دیکھنا شروع کر دیں۔ اپنی شکل پر آنکھیں گاڑ دیں۔

یہ آپ کی اپنی شکل ہے اس سے ڈرنے کی کوئی بات نہیں، اس سے
گھبرانے کی کوئی وجہ نہیں۔ آنکھ بھینکنے کی کوشش نہ کریں۔ ابتداء میں آنکھیں
تھک جائیں گی۔ آنکھوں میں جلن ہوگی، پانی بہے گا۔ اور مشق کرتے کرتے
ایک وقت ایسا بھی آجائے گا کہ بغیر تھکن، بغیر جلن اور بغیر پانی بہنے
کہ آپ کافی دیر تک آئینے کو "گھور" سکیں گے۔

آپ جب تھکن اور جلن کی مشکل سے بچ نکل جائیں گے تو "روحیت"
کی سرزمین میں وارد ہونے کے لئے تیار ہو جائیے، بالکل تیار۔ اب منزل صرف
دو قدم ہی باقی ہے۔

آئینہ کی طرف گھومیں، لو آئینہ سفید ہو گیا، بالکل سفید، بالکل سفید۔ آپ
کی شکل غائب ہو گئی۔ کہاں گئی آپ کی شکل؟ آپ کے لاشعور نے اسے روپوش
کر دیا ہے۔

سفید سفید آئینہ یکدم سیاہ ہونا شروع ہوا۔ سیاہ، بالکل سیاہ۔
اس وقت آپ استغراق میں ہیں۔ گہرے ڈوب چکے ہیں۔ مگر آپ کا
لاشعور برابر جاگ رہا ہے۔ آئینہ کی سیاہی سمٹ کر چھوٹا ہونا شروع
ہو گئی، سمٹ رہی ہے اور سمٹ رہی ہے، گیند کے برابر، ناخن کے برابر

ایک نقطہ کے برابر۔

آپ روحیت کی دنیا میں آگئے، یکدم آگئے۔
نیند میں نہیں بلکہ جاگتے جاگتے آگئے۔

یہ کیا ہے؟ عالم ارواح ہے۔ اس عالم سے، کہو کہ آپ کے کسی مرقوم
رشتہ دار کی روح اس آئینے میں آجائے۔ ادھر آپ کا خیال روح کی طرف
ہوا۔ ادھر روح آئینے میں آگئی۔ بالکل وہی، بالکل وہی۔

اس سے سوال کرو، جو چاہو پوچھو۔ جس بات کے سننے کی امید تک نہ ہو،
اس سے دریافت کر لو۔ اپنے کانوں سے سُن لو۔ پوچھو کہ فلاں گم شدہ کہاں
ہے؟ روح نے گم شدہ کا پتہ بتایا، شہر دکھایا، محلہ دکھایا، گلی دکھائی، مکان
دکھایا، گم شدہ دکھایا، تسلی سے دیکھ لو۔ ایک منٹ کی بات ہے۔ ممکن ہے
باہر سے کنڈی کھڑک جائے اور آپ چونک کر اپنے کمرے پر، اور اپنی کرسی
پر واپس نہ آجائیں۔

احتیاط: ابتداء میں مشق میں روح سے چھوٹے چھوٹے سوال کریں۔
ان کے تسلی بخش جواب ملنے پر قدم آگے بڑھائیں۔ کل کیا ہوگا؟ ہفتے کے
بعد کیا ہونے والا ہے؟، فلاں کام کا کیا انجام ہوگا۔ پوچھو، مگر کام کی
بات پوچھو۔ کچھ آپ کا بھلا ہو کچھ دوسروں کا، مگر ہم سے اب کچھ بھی نہ پوچھو۔
کہ ہمیں پوچھنے والوں نے ہمارا سارا دروازہ "کھٹکا کھٹکا" کے توڑ دیا ہے۔
خود محنت کریں، خود مزے اڑائیں۔

سبق یاد کرنا

اس کو چٹھی نہ ملی جس نے سبق یاد کیا۔ اور ہم نے بھی اپنا سبق یاد کر لیا ہے اس لئے تاحال چٹھی نہیں مل سکی۔

پہلا نمبر ایک مادی عالمی علم ہے۔ "علم تنویم" میں معمول کو جو بھی ہدایت دی جائے معمول کا لا شعور اسے باسانی قبول کر لیتا ہے۔ سلب امرائش ترک کر دیتی نفس عوارض انسان اور ذہنی کا اعلیٰ علاقہ عمل تنویم ہے۔

باغی اور نافرمان لا شعور حالت تنویم میں ہر حکم کو قبول کرتا ہے۔ اس حالت میں جو سبق پڑھا جائے وہ مرتے دم تک نہیں بھول سکتا۔ لاشعور اس وقت میں یاد رکھنے لگے سبق کو اپنے اندر جذب کر لیتا ہے۔ اور ہمیشہ ہمیشہ یاد رکھتا ہے۔ اس وقت معمول کو جو بھی ہدایت دی جائے لا شعور اس حکم و ہدایت کو قبول کر لیتا ہے۔

منووی نمبر (تنویم) کے کئی درجے ہیں۔

۱۔ اجیرت (کیسوٹی) جب ہم کسی شعر کو مستی، جب کسی بات کے دم جب کسی خیال کی گہرائی اور جب کسی سوچ میں غرق ہونے ہیں۔ تو یہ درجہ علم تنویم کا پہلا درجہ ہے۔

۲۔ انسان اس درجے سے ذرا آگے بڑھے تو غنودگی سی آجاتی ہے۔ آنکھوں کی پتلیاں پھیل جاتی ہیں۔ بدن سست ہو جاتا ہے۔ اعصاب کی حس و حرکت نرم پڑ جاتی ہے۔ خیالات لا شعور کی تر میں چھپ جاتے ہیں۔

۳۔ اگر اس سے بھی آگے بڑھ جائے تو قلعی بے خبری کا عالم طاری ہو جاتا ہے۔ انسانی حواس اپنا فعل نرم کر دیتے ہیں۔

جہاں تک علم تنویم کا تعلق ہے۔ اس سے بھی آگے پیاد درجے ہیں۔ جنہی کہ مطلق بلے ہوشی کا درجہ بھی ہوتا ہے۔ "مکمل معمول" درجہ دوم سے ہی "عالم" کے بس میں ہوتا ہے۔ ہدایات اور بخشش کے لئے درجہ دوم کا وقت بھی کارآمد ہے۔ اگر معمول کو زیادہ گہری نیند میں نہ بھی لایا جائے تو صرف غنودگی کا عالم ہی علم تنویم کی ہدایت کے لئے از بس کافی ہے۔

تقریبی طور پر بغیر محنت، بغیر توجہ اور بغیر علم تنویم کے ہر شخص پر درجہ دوم کا وقت ضرور آتا ہے۔

جبکہ نیند آنے والی ہو۔ آباسیاں آنا شروع ہوں۔ دل سونے کی طرف مائل ہو۔ طبیعت سست ہو چکی ہو۔ آنکھوں میں نیند کا خمیر آچکا ہو۔ بس یہ وقت علم تنویم کا وقت ہے۔ اور یہی وقت قدرتی طور پر علم تنویم کا درجہ دوم ہے۔ ایک عالم تنویم اس وقت سے نائمہ اٹھا کر معمول کو بہت پی بلد اپنے بس میں کر سکتا ہے۔ اور ہر انسان بھی اس وقت سے نائمہ اٹھا سکتا ہے۔

اس وقت کتاب سرانے موجود ہو۔ اور جو سبق ہمیں بھر کی مشقت

سے یاد نہیں ہو سکا۔ اسے ایک بار پڑھ لینے کے بعد آسانی سے سمجھ سنے کی
جانت ہے۔ اور پھر صبح جس وقت آنکھ کھلے۔ فوراً ہی یہ کام کریں کہ
اسی سبق کو ایک بار پھر پڑھ لیا جائے۔ یہ ہے ایک چھوٹی سی تکنیک جس
سے غبی سے غبی طالب علم کو سبق یوں حفظ ہو جاتا ہے کہ وہ کبھی بھول نہیں
سکتا۔ ہر طالب علم کو اس تکنیک سے فائدہ حاصل کرنا چاہیے۔ میں یقین
سے کہتا ہوں کہ ہر طالب علم جو اس تکنیک کا عامل ہو گا۔ اعلیٰ نمبروں سے
لامیاب ہو گا۔

الاجواب انگشتی

تقدیر کا مسئلہ ایک اُلجھا ہوا مسئلہ ہے۔ مصائب و مشکلات موت و
زندگی، صحت و بیماری، امیری و غربت سب کچھ قدرت کی طرف سے
ہے۔ میں اس مسئلے پر قلم اٹھا کر خواہ مخواہ پریشان ہونا نہیں چاہتا مشکلات
خدا کی طرف سے ہیں، تو مشکلات کا حل بھی خدا کی طرف سے ہے۔ غلیات
کیا ہیں؟ مختلف طریقوں، مختلف قاعدوں اور مختلف راستوں سے اللہ کی
بارگاہ میں قبولیت کے لئے دعا۔ بس اللہ اللہ شفیق رحیم غلیات کے بعض ایسے
طریقے بھی ہیں جن کے ذریعے اللہ جلدی دعا قبول فرماتا ہے۔ انہیں عجیب و
غریب طریقوں میں سے ایک السبب اور بہتر طریقہ ہے۔

انگشتی مشکل کشا کا۔۔۔!!

یہ انگشتی ۲۷ ماہ رجب کی رات کو شام سے لیکر ۱۲ بجے شب تک بنائی جاتی ہے۔
اس رات کو پوری طہارت غسل وغیرہ اور بخور رات کے اہتمام کے ساتھ درج ذیل
نقش چاندی کے ٹکڑے پر کندہ کریں۔

کندہ کرتے وقت منہ میں مرق کا ایک دانہ رکھنا ضروری ہے۔ مغرب کی
طرف منہ ہوا بخور لوبان کا ہونا اگر بتی جل رہی ہو خوشبو سے جسم معطر ہو۔

کوئی سی میٹھی چیز کھا کر نقش نہ اچس تندہ کندہ کر سکیں چاندی کے پتروں پر۔
 کندہ کر لیں۔ اور پھر چاندی کی انگلیٹھیوں میں (دوسرے دن) انگینہ کے مقام
 پر سارے گلوں میں اس انگلیٹھی میں ایک سرخ رنگ کا دھکا باندھ دیں۔
 اور تیل سے اس انگشتی کو چپڑے کے روزانہ ایک گھنٹہ تک دھوپ میں رکھا کریں۔
 پیشاب پائمانہ جاتے وقت انگلیٹھی کو منہ میں رکھ لیا کریں۔ اور پھر بعد فراغت
 جیب میں ڈال لیا کریں۔

۳ دن تک انگشتی کو انگلی میں ڈالنا منع ہے۔ صرف جیب میں رکھا کریں۔
 تیسرے دن اسے وائیں ہاتھ کی چھنگلی میں ڈال دیں۔ مگر تازہ زندگی کڑی شرط یہ
 ہے کہ پیشاب پائمانہ جاتے وقت اسے انگلی سے اُتار کر منہ میں ڈال دیا کریں۔ اس
 انگشتی کے بہت سے فوائد ہیں۔

لوگ حد سے زیادہ احترام کریں گے۔ تسخیر خلق ہوگی، روپے کی افراط ہوگی اور
 جب کوئی مشکل پیش آجائے تو اس انگشتی پر تیل لگا کر ۵ منٹ تک دھوپ
 میں رکھ دیں۔ اور پھر ہاتھ اٹھا کر ہاتھ میں لے کر اللہ کی بارگاہ میں دعا مانگیں۔
 انشاء اللہ مشکل آسان ہو جائے گی۔

میں نے اس انگشتی کو دو دسین سال تک مسلسل بنایا ہے اور بیسیوں
 دوستوں کے ہاتھوں میں اب بھی موجود ہے۔ حقیقت یہ ہے کہ اللہ اکبریم
 اس انگشتی کے طفیل فریاد بہت ہی جلدی سن لیتا ہے اور دعا قبول فرماتا
 ہے۔ میرے پاس اب کوئی انگشتی نہیں ہے۔ لہذا مجھے خط لکھ کر بتا دیں۔
 کریں۔

نقش یہ ہے۔

ب	د	و	ج
ج	د	د	ب
د	ب	ج	و
و	ج	ب	د

نقش کی چال یہ ہے۔

۱	۱۲	۱۱	۸
۱۲	۷	۲	۱۳
۶	۹	۱۶	۳
۱۵	۴	۵	۱۰

شاعت اور ضمیر انسان

صبح طلوع آفتاب سے لیکر غروب آفتاب تک ۱۲ اساعات کا دور رہتا ہے۔ اسی طرح سے غروب آفتاب سے لے کر صبح طلوع آفتاب تک بھی ۱۲ اساعات کا دور رہتا ہے۔ کبھی دن بڑے ہوتے ہیں اور راتیں چھوٹی۔ اور کبھی دن چھوٹے ہوتے ہیں اور راتیں بڑی۔ بہر صورت طلوع سے غروب تک کل وقت کو ۱۲ حصہ تقسیم کریں تو یہ ایک ساعت کا وقت نکلے گا۔ یہ ضروری نہیں ہے کہ ہر ساعت پورے ایک گھنٹے کی ہو۔ ساعت کا وقت کم و بیش بھی ہو سکتا ہے۔

ہر ساعت کے وقت کے ۳ حصے کریں اور ایک نقشہ مرتب کر کے اپنے پاس رکھ لیں۔ جب کوئی سائل آپ کے پاس کسی مقصد کے لئے آئے تو آپ فوراً ساعت کا وقت دیکھ کر اس کے مقصد کو بیان کر دیں۔ انسانی ضمیر دریافت کرنے کا یہ ایک ایسا اصول ہے جو کبھی غلط ثابت نہیں ہو سکتا۔ وقت کو "کوٹ" کرنا اور نقشہ مرتب کر کے رکھنا آپ کا کام ہے اور ضمیر بتانا اس علم کا کام ہے۔ یہ قاعدہ منجم حضرت کو تو معلوم ہو گا۔ مگر رسالہ فلکیات کے اوراق پر پہلی مرتبہ آ رہا ہے۔ اس قاعدہ کی حفاظت کریں۔ نایاب چیز پیش کر رہا ہوں۔

میں عرض کر چکا ہوں کہ ہر ساعت کے ۳ حصے کریں۔ ہر حصے میں "ضمیر" بدل جاتا ہے۔

آفتاب

اگر آفتاب کی ساعت ہو اور اس کے حصہ اول میں سائل آیا ہو تو وہ شخص کسی مرد بزرگ، امیر یا رئیس کے متعلق سائل کرنا چاہتا ہے۔ حصہ دوم میں سائل آئے تو کسی بیمار کی صحت اور بیماری کے متعلق سوال کرنا چاہتا ہے۔

حصہ سوم میں سائل آئے تو کسی اپنے ذاتی اہم معاملہ کے متعلق دریافت کرنا چاہتا ہے کہ یہ معاملہ کس طرح سے انجام پذیر ہو گا۔

زحل

اگر زحل کی ساعت ہو اور اس کے حصہ اول میں سائل آئے تو کسی بھاگے ہوئے، اغوا شدہ شخص یا چور کے متعلق پوچھنا چاہتا ہے۔

حصہ دوم میں آئے تو کسی غم میں مبتلا ہے کسی مصیبت میں گرفتار ہے اور اپنی نجات کا فریضہ دریافت کرنا چاہتا ہے۔ یا اپنے احوال زندگی دریافت کرنا چاہتا ہے۔

حصہ سوم میں آئے تو سائل تنگ دست ہے۔ اس پر مناسب ٹوٹ چکے ہیں اور اپنی نجات کے متعلق دریافت کرنا چاہتا ہے۔

مشتی

اس ساعت کے حصہ اول میں سائل آئے تو مختلف باتیں

۱۰۳
جس سب سے اس کا دل متذبذب رہا ہے۔ پریشانیوں نے اسے چاروں طرف
بے گیر رکھا ہے۔

حصہ دوم میں اس کا کچھ نقصان ہو چکا ہے، پھر ری یا ٹھگی۔

حصہ سوم میں کسی غائب شخص کے بارے میں سوال کرنا چاہتا ہے۔
مریخ

حصہ اول میں چوری کا سوال ہے۔

حصہ دوم میں خاندانی نزاع گھریلو تنازعات میں گھرا ہے یا کسی شخص
سے لڑ جھگڑ کر آپ کے پاس آ رہا ہے۔

حصہ سوم میں مقدمات، خانگی لڑائیاں اور برادری کے تنازعات کے
بارے دریافت کرنا چاہتا ہے۔

زہرہ

حصہ اول میں قیدی اور زندانی و مجبوس کے متعلق پوچھنا چاہتا ہے۔

حصہ دوم میں شادی نکاح اور عورت سے ملاقات کے بارے میں

پوچھنے آیا ہے۔

حصہ سوم میں روٹھی ہوئی بیوی یا معشوق کے بارے سوال کرنا

چاہتا ہے۔

عطارد

حصہ اول میں غائب کا حال دریافت کرنا چاہتا ہے کسی خط

کا انتظار ہے یا کسی مندرت یا کہا کے متعلق سوال ہے۔

حصہ دوم میں غریب و فاقہ پرستی کا سوال ہے۔

حصہ سوم میں کسی غائب کا شہدہ و شہداء کی شہادت کا سوال ہے۔

حصہ اول میں کسی غائب کا سوال ہے یا کسی شخص کا سوال ہے۔

کرنا چاہتا ہے۔

حصہ دوم اور سوم میں کسی غائب کا شہدہ و شہداء کا سوال ہے۔

آرٹیکل توجہ

سب سے پہلی کڑی شرط یہ ہے کہ آپ اپنے اندر یکسوئی پیدا کریں ویسے تو کسی مسئلہ پر اگر کوئی شخص یا ریاضی کا کوئی اہم سوال حل کرے تو اس مقصد کے لئے بھی اسے یکسوئی اور توجہ کی ضرورت ہوتی ہے۔ مگر روحانی اقدار کے حصول کے لئے آپ کو اس قدر چاہیے۔ جسے دوسرے نفلوں میں کہہ دوں کہ "کسی مقصد کے لئے یکسوئی حاصل کی جائے یا کسی یکسوئی کے لئے مقصد حاصل کیا جائے" بس ایک ہی دھن میں ایک ہی خیال میں گم ہو جانے سے ہی یہ بات بنتی ہے۔ آپ کے اندر خیالات کی جس قدر تحرکیں ہیں ان سب کو ختم کر دیں اور ہمہ تن توجہ بن جائیں۔ اس مقصد کے لئے آپ سب سے پہلے اپنے جسم کو ڈھیلا کرنا سیکھیں۔

ہم میں ہمارے دل ہمارے شعور میں اور ہمارے دماغ میں کئی تخیلات آوارہ پھرا کرتے ہیں۔ بس ان کو کنٹرول کریں۔ خیالات کی اتنی بھرمار ہے انسانی دماغ میں کہ اگر انسان سو جائے تب بھی خیالات کی کڑیاں آپس میں مل کر خواب کی صورت پیدا کر دیتی ہیں یعنی اس عالم خواب میں بھی ہمارا شعور مختلف خیالات میں سمویا ہوا ہوتا ہے۔

ان خیالات کی کڑیوں کو دماغ سے الگ کرنے کا نام ہے "روحانی اقدار" ہے۔ اور اس کا واحد طریقہ یہ ہے کہ اس کی مشق کرتے وقت اپنے جسم کو پہلے ڈھیلا کر دیں اور اپنی توجہ اور پوری توجہ صرف ایک معمولی سی چیز پر مرکوز کر دیں جب آپ اس چیز کے تصور میں اپنی توجہ کو گم کر دیں گے۔ تو روحانی اقدار کی مشقوں میں سب سے آسان اور جلدی پہنچنے والی مشق یہ ہے کہ ایک معمولی سی غنودگی کا عالم ہوتا ہے۔ اسی غنودگی کے عالم میں آپ اپنے من سے اپنے شعور سے مخاطب ہو کر نرڈل میں کہیں۔

"میرا بیکل آرام کی حالت میں ہوں مجھے انتہائی سکون قلب حاصل ہے۔" اس کے ساتھ ساتھ بلبلے سانس بھی لیں تاکہ آپ کو مزید سکون حاصل ہو جائے۔ بس اس کے بعد صرف اور صرف ایک چیز کا تصور قائم کر دیں۔

مکمل راحت مکمل سکون مکمل یکسوئی کے بعد صرف ایک چیز کا تصور کریں۔ بدن ڈھیلا کر دینے کے بعد جب آپ بلبلے سانس لیں گے اور اپنے آپ کو سمجھن دیں گے کہ میرا جسم اور میرا دل مکمل سکون میں ہے۔ تو واقعی ایسا ہی ہو گا اور آپ آوارہ خیالات کو اس تکنیک سے ہی ختم کر سکتے ہیں۔ مختلف خیالات کا اثر دماغ اس تکنیک سے ختم ہو جائے گا اور توجہ ایک طرف مرکوز ہو جائے گی۔

اگر آپ اس میں کامیاب ہو جائیں اور ایسی راحت آپ کو مل سکے تو آپ تھکا ریڈنگ اور ٹیلی ویشن میں کامیاب ہو جائیں گے۔ اور اس کا بہترین وقت وہ ہے جب آپ قدرے سوئے کے قریب پہنچیں۔ اس

وقت آپ اس عمل کو کریں تو آپ تدریجی طور پر کامیاب ہو جائیں گے مگر اس طرح کی نیند حاصل کریں کہ آپ اس نیند میں اپنے آپ سے خطاب بھی کر سکیں۔ اور جس وقت جاگنے کا ارادہ کریں آپ جاگ بھی سکیں۔ گویا یہ ایک نیم غنودگی کا عالم ہو گا جسے کئی نیند کہا جاتا ہے مگر نیند مکمل سکون کے بعد اپنے آپ کو بخش دیں کہ میرے جسم کو مکمل سکون حاصل ہے اور آپ میں قوتِ نہ ممانیت بڑھ رہی ہے۔

اس سکون سے مطلب ہے بدن کے تمام احساسات کا سکون کے عالم میں ہیجانا حتیٰ کہ اگر آپ یہ چاہیں کہ آپ اپنے ہاتھ کو حرکت دیں تو واقعی نہ دے سکیں۔ ہر قسم کے خیالات سے آزاد ہو جائیں اور یہ ایک ایسی حالت ہوگی کہ جب آپ جاگا چاہیں تو آپ بخوبی جاگ پڑیں۔

اپنے آپ میں یہ استعداد پیدا کریں کہ جب بھی آپ چاہیں آپ اسی قسم کے استغراق یا مراقبہ میں چلے جائیں۔ اگرچہ یہ ایک مشکل سامحلہ ہے۔ مگر جب آپ مشق کے ذریعے ایسا کر سکنے پر قابو پالیں گے تو یہ ایک بہت بڑی روحانی شائش ہے۔ اسی کا نام کلیر و انس ہے۔ اسی کا نام تھنائی ریڈنگ ہے۔ اسی کا نام ٹیلی پتھی ہے اور ساتھ ساتھ آپ کی صحت بھی شاندار ہوتی چلی جائے گی۔ کیونکہ اس قسم کا ذہنی سکون تمام اعضائے ریسیہ و شریفہ، اعصاب اور جسم کی پرورش کرتا ہے اور طاقت بخشتا ہے۔

RELAX کا مطلب یہ ہے کہ اپنے ملنے، اپنے بدن اور اپنے اعصاب کو مکمل سکون دے دو۔ اپنے جسم کو ہلکا کر دو۔ اور جسمانی طور

پر پھول کی طرح ہلکے ہو جاؤ۔ تم جب اس سکون اور اس RELAX کی حالت میں پہنچے تو تم محسوس کرو گے کہ تمہارے جسم کا بوجھ تمہاری روح سے اتر گیا ہے۔ اس حالت میں آپ اپنے کو ہر قسم کا بخش دے کر فائدہ اٹھا سکتے ہو۔ مثلاً

- ۱۔ میری دماغی قوت بہت تیز ہے۔ میرا حافظہ بلند ہے۔
- ۲۔ مجھے یہ مرض اب ہرگز نہ ہو گا۔
- ۳۔ میں نیک ہوں اور نیک رہوں گا۔
- ۴۔ میری قوت ارادی بلند ہے۔ میری ہمت بلند ہے۔
- ۵۔ میں ہر کام میں اور ہر ارادہ میں کامیاب ہوں۔

ایسی قسم کے بخش دے کر آپ اپنے اندر ایک ہی بار کے بخش سے کہیں اور بخش دیں کہ وہ ایک نکتہ پر مرکوز ہو جائے اور بھٹکنا پھوٹنا اور اس تصور پر غور سے مسلسل دیکھتے جائیں۔ اس تصور میں کسی اور خیال کو ہرگز نہ ہرگز جگہ نہ دیں صرف اسی چیز کا تصور ہے اور میری ذاتی رائے ہے کہ صد فیصد کرام کی اقتدار میں صرف لفظ جلالہ "اللہ" یا "علیٰ" پر تصور کریں تاکہ عبادت بھی ساتھ ساتھ ہو۔

مغربی طریقہ یہ ہے کہ گلاب کے پھول کا تصور کریں اسی کے تصوراتی رنگ اس کی تصوراتی پتیوں پر غور سے تصور مجا دیں۔ اس طرح کہ گویا

پہلے گلاب کا پھول آپ کے سامنے ہے۔ یہ مشتق اتنی کریں کہ آپ ایک لمحہ میں استغراق میں پھلے جائیں۔

اس سے اگلا درجہ یہ ہے کہ آپ کسی شخص کو کہیں کہ کاغذ کے چھ ٹکڑوں پر مختلف قسم کی شکلیں بنائے۔ پینسل سے یا پین سے کسی چیز کی جو بھی اسے پسند آئے۔ اب آپ بستر پر سو جائیں۔ اس طرح سے وہ چھ کاغذ کے ٹکڑے آپ کے سر ہانے کے نیچے اس طرح رکھے ہوں کہ آپ اپنے ہاتھ سے آسانی سے اٹھا سکیں یعنی وہاں پڑے ہوں جہاں آپ کا ہاتھ آسانی سے پہنچ سکے۔

پہلے پہل تجربہ اندھیرے کمرے میں کریں یا بالکل دھندلی سی ہو۔ مگر یہ میری معمولی موم جی یا معمولی لائٹس کی روشنی ہو۔ تیز روشنی سے تجربہ ناکام ہونے کا امکان ہے۔ اب آپ اپنے دماغ کو سکون دیں اور بیک وقت صرف ۳ تجربات کریں ۳ سے زیادہ نہ کریں۔ بستر پر آرام سے لیجے ہو جائیں۔ آنکھیں بند کر دیں اور اپنے بدن کو RELAX کریں۔ مکمل سکون دیں اور تمام خیالات کو دور کر دیں۔

اگر دل میں سکون نہیں اور دل مطمئن نہیں تو تجربہ ہرگز نہ کریں۔ ۵ منٹ تک دل کو مکمل سکون کی حالت میں لائیں۔ اور روشنی کو دور کر دیں۔ اور اوپر والے کاغذ کو اٹھائیں، اسے ہاتھ میں کچھ وقفہ کے لئے پکڑیں۔ اب اپنے تحت الشعور کو حکم دیں کہ اس کاغذ پر جو تصویر ہے۔ اسے میرے سامنے پیش کر دے۔ میرے شعور کے سامنے لاؤ۔ یہ حکم نہایت توجہ سے دیں۔ صاف صاف حکم دیں۔ اپنے تحت الشعور کو کہیں کہ تصویر کو میرے سامنے پیش کر دے یہ الفاظ بڑی توجہ سے کہیں۔ اپنی بند

آنکھوں کے سامنے غور سے دیکھیں کہ نہیں کیا نظر آ رہا ہے۔ ابتدا میں یہ تصویر شکستہ خطوط میں ظاہر ہوگی اور اس کی ۲ یا ۳ لائیں نظر آئیں اور فلم کی طرح سین ہرلتے رہتے ہیں۔ گویا متحرک سی تصویر ہوتی ہے۔ اس تصویر کا رنگ بہت ہی مائل ہوتا ہے۔

اب اپنی تسلی کے لئے ایک بار آنکھیں کھول دیں اور اس تصویر پر دیکھیں اور فوراً آنکھیں بند کر دیں اور دماغ کو یہ سمجھن دیں کہ صاف صاف تصویر ابھرے۔ اب آپ کے سامنے بالکل صاف تصویر ابھرے گی۔ کبھی کبھی یہ تصویر ابھرتی ہے اور مٹ جاتی ہے۔ ابھرتی ہے اور مٹ جاتی ہے۔ یہ ممکن ہے ایک شخص پہلی بار فیمل ہو جائے اور اسے نقوش صحیح نظر نہ آئیں۔ اسے لازم ہے کہ نہایت ہی یکسوئی سے اپنے تحت الشعور کو دوبارہ حکم دیں کہ میرے شعور کے سامنے تصویر کو پیش کر دے۔ اور اس وقت تک غور سے دیکھتے رہو جب تک تمہارا لا شعور صحیح تصویر کو تمہارے شعور کے سامنے پیش نہ کرے۔ ہو سکتا ہے کہ ایک جھلک اصلی تصویر دیکھنے کے بعد بھی لا شعور اسے فوراً مٹا دے اور آپ کو اس اصلی تصویر کے نقوش سامنے نہ پیش کر سکے۔ مگر بار بار کے اصرار سے یہ ایک ٹسٹ ہے کہ گویا تحت الشعور آپ کے شعور کے سامنے کام کرتا ہے کہ نہیں؟ مگر یہ سب کچھ گہری یکسوئی میں ہونا لازمی ہے۔ اور اس بات کو ۳ بار دہرائیں۔ اس تجربہ کو ۲، ۳ بار کریں۔ گویا ۳ کارڈ اٹھا کر اسے اپنے لا شعور کے امتحان میں جانچیں، اور اس وقت تک تجربہ کریں جب آپ کو

تلی ہو جائے کہ تجربہ صحیح ثابت ہو اور آپ اس کے بعد آپ جو تجربات کریں گے
اس کے لئے آپ کو کارڈ کو ایک بھٹک دیکھنے کی ضرورت نہ ہوگی اور صرف کارڈ
باتھ میں اٹھا کر تحت الشعور کو صحیح شکل سامنے پیش کرنے پر مجبور کریں۔

دراصل یہ شعور کی یہ ایک خفیف سی نیند ہوتی ہے جس میں تحت الشعور
بیدار ہو کر کام کرنے لگتا ہے۔ مگر تحت الشعور اکثر دھوکا دیتا ہے اور غلط
تقدیر کو پیش کرنا چاہتا ہے۔ مگر آپ بحسن دے کر اس وقت تک یکسوئی اختیار
کئے رہیں جب تک کہ صحیح نقشہ آنکھوں کے سامنے نہ آجائے۔ بعض اوقات
تصادیر کے مختلف ٹکڑے نظر آتے ہیں۔ ان ٹکڑوں کو نظر انداز نہ کریں یہ
ٹکڑے دراصل صحیح تصویر کے ٹکڑے ہوتے ہیں۔ اور آپ اپنے آپ میں یہ
"گیس" لگانے کی کوشش نہ کریں کہ میری مطلوبہ تصویر ایسی ہی ہوگی اور شعور
کو اس طرح شبہ میں ہرگز نہ ڈالیں۔ ان ٹکڑوں کو اپنے ذہن میں محفوظ رکھیں
اور ان کے ملانے سے آپ صحیح تصویر بنا سکیں گے۔ جب آپ کو اس بات کا
یقین ہو جائے کہ اس طرح سے تصاویر صاف آرہی ہیں تو اپنے تجربات
مزید بڑھائیں۔

مشق کی ابتدا اس طرح ہونی چاہیے کہ اصل کارڈ پر ایک معمولی سی
لکھا ڈال لی جائے اور پھر اس کے بعد تحت الشعور میں انکار کے ذریعہ اصل
تصویر ابھارنے کی کوشش کی جائے۔ آپ اب اس حامل شدہ تصویر کے
نقوش یعنی ڈرائنگ کسی کاغذ پر بنالیں۔ یعنی جو تصویر آپ کو تحت الشعور
نے دکھائی اس کی تصویر بنالیں اور اس کے ساتھ کارڈ کی تصویر بھی نتیجی کر

کریں تاکہ یہ ریکارڈ آپ کے پاس قائم رہے اور آپ دن بدن ترقی کر سکیں
اور شبہات یقین کی صورت میں بدستے جائیں۔
ایک دفعہ مجھے تحت الشعور نے ایک تصویر دکھائی جو ایک گول دائرہ

کی شکل میں تھی۔ میں نے یہ خیال کیا کہ یہ ایک پہلے کی تصویر ہے۔ مزید اپنی تسلی
کے لئے میں نے روشنی کی اور اصل کارڈ کو دیکھا تو پہلے ہی کی شکل تھی اس میں
شک نہیں کہ یہ تکنیک محنت طلب ہے وقت بھی لیتی ہے۔ اور مشق سے ہی
مفید ثابت ہو سکتی ہے اور تجربہ دیکھا گیا ہے کہ لوگوں کی اکثریت میں قوی
اور یکسوئی کا مادہ موجود ہے اور وہ آسانی سے اس تکنیک کو اپنا سکتے ہیں۔
البتہ خیالات کا سلسلہ انسان کے دماغ میں قائم ہے اور جب آپ گلاب

کے پھول پر یکسوئی سے دیکھیں گے تو خیالات کا طومار اس گلاب کے پھول
کے ارد گرد چکر لگائے گا اور دیکھنے والا یہ خیال کرے گا کہ اس کا دماغ
ایک متحرک فلم ہے یہ متحرک فلم صرف اس وجہ سے ہوتی ہے کہ آپ کے خیالات
کا دھارا مختلف طرف مڑتا ہے اور آپ اگر اس خیالات کے دھارے کو صرف
ایک ہی مقصد اور نقطہ نظر کی طرف مرکوز کر دیں تو اس تکنیک سے بہتر اور
کوئی طریقہ ہے ہی نہیں۔

اس میں شک نہیں کہ یہ تکنیک کوئی سائنٹفک تکنیک نہیں ہے بلکہ میں نے
ادھر ادھر کے مطالعہ سے اس کو اخذ کیا ہے۔ اور دوسری ہر قسم کی تکنیک سے البتہ
آسان ضرور ہے۔ جب میں دوسرے تجربہ پر آنکھیں بند کرتا ہوں تو وہی سابقہ
تصویر آنکھوں کے آگے گھوم جاتی ہے اور اپنی ڈرائنگ گھوم جاتی ہے اور

اس کے علاوہ بجلی کے لمپ کا عکس اور تصویر بھی اس کے ساتھ ساتھ آجاتا ہے جو کہ میں نے اصل تصویر کو دیکھنے کے لئے تصویر کے لئے چلایا تھا اور روشن کیا تھا۔ یہ سب چیزیں میرے ذہن کے افق پر موجود رہتی ہیں۔ بعض اوقات ایسا بھی ہوتا ہے کہ ایک لکیر سی ظاہر ہوتی ہے جو اسی کارڈ پر مطلوبہ تصویر کی ہے، مگر درست نہیں ہوتی۔ اس پر ذرا زیادہ توجہ دے کر صحیح کرنے کی ضرورت ہوتی ہے۔

بعض اوقات دو اشارے ظاہر ہوتے ہیں پہلے ایک اشارہ اور پھر دوسرا اشارہ اور وہ ناچنے لگتے ہیں اور ایک دوسرے سے مل کر ایک تصویر بنا دیتے ہیں۔ اگر اسی طرح یکسوئی حاصل کر کے آپ اپنے کسی دوست کے بارے میں اپنے تحت الشعور کو حکم دیں کہ بتاؤ کہ فلاں آدمی کے دل میں اب کیا ارادہ ہے اور کیا خیال ہے۔ وہ آدمی خواہ جتنا ہی دور کیوں نہ ہو گا۔ آپ کے ذہن کی برقی توانی کے دل و دماغ سے ٹکرا کر اس کے سینے کے زرد درون کو آپ کے شعور تک لانے کی کوشش کرے گی۔ اگر آپ کی یکسوئی میں فرق نہیں تو اس شخص کے دل و دماغ کے تمام تاثرات آپ کے دل و دماغ پر بعینہ وارد ہوں گے اور آپ آسانی سے سمجھ جائیں گے کہ اس وقت شخص مطلوب کے دل میں کیا ارادہ ہے۔

بلکہ وہ شخص جس حالت میں ہو گا۔ اس کی صحیح تصویر بھی آپ کی آنکھوں کے آگے گھوم جائے گی۔

شعور ایک برقی ہے اور لا شعور اس کے سیل ہیں۔ جب یہ دونوں مل کر

کام کرتے ہیں تو لا شعور کی تاریکی روشنی میں بدل جاتی ہے۔ اور حالات زیادہ کے مختلف مناظر اٹل و پٹل کی طرح باطنی آنکھوں سے نظر آنے لگتے ہیں۔ اور دور یا نزدیک رہنے والے ہر شخص کے خیالات کی روشنی آپ کے سامنے آ موجود ہوتی ہے۔

اگر آپ یہ معلوم کرنا چاہیں کہ اس کتاب میں کیا ہے؟ تو اس کتاب کو بغیر یکے آنکھیں بند کر کے اپنے ہاتھ میں پکڑیے اور یکسوئی سے اس کتاب کے صفحہ اول کو اپنے ذہن میں لانے کی کوشش کیجیے۔ اسی طرح تجربات سے آپ کتاب کے پورے متن کو معلوم کر سکتے ہیں۔

مثلاً میں نے اسی طرح یکسوئی کے عالم میں کتاب جو میرے سامنے ہی پڑی ہوئی تھی۔ اٹھائی اور تصویر یہ بنا دیا کہ مجھے معلوم ہو جائے کہ اس کے کتنے صفحات ہیں۔ میرے سامنے ۱۲۷ کے اعداد کو بند لگے اور پھر مدہم ہو گئے، مگر مجھے تسلی نہ ہوئی اپنے لا شعور پر زور دیا اور جوشن دیا کہ ایک ایک عدد کو الگ الگ لکھا جائے تو میرے اکاؤنڈر سامنے آیا پھر ۱۲۷ لکھ دیا۔ میں نے جب کتاب کو کھول کر دیکھا تو واقعی ۱۲۷ صفحات تھے۔

در اصل یہ یکسوئی "خود نوی" ہے اگر آپ میری کتاب پناٹرم کو ملاحظہ کریں تو اس میں "خود نوی" پیدا کرنے کی کئی ترکیبیں ہیں۔ جب یہ حالت پیدا ہو جائے تو آپ یقیناً ایک ٹیلی پیتھسٹ ہیں اور ہر قسم کے مریوز اور کئی نقاب کشائی کر سکتے ہیں۔

ایک عظیم علمی ریسرچ

علم الرمل، نبض اور ہومیو پیتھی

میں نے تشخیص مرض اور تجویز نسخہ پر علم الرمل کی کتاب "روحانی ایکسپریس" لکھ کر منزل علم رمل میں ایک "سنگ میل" قائم کر دیا ہے۔ اور مجھے اس پر سچا طور پر فخر حاصل ہے کہ اس ضمن میں سب سے پہلے میں نے ہی قلم اٹھایا ہے۔ یہ کتاب ملک سراج الدین اینڈ سنز کشمیری بازار لاہور نے شائع کی ہے۔ اور ملک کے طول و عرض سے مجھے تعریفی خطوط ملے ہیں۔ ذیل کا مضمون اسی کتاب کا ایک ایزدی ورق ہے۔ گو یہ مضمون اس کتاب میں تاحال شامل نہیں ہو سکا (دوسرے ایڈیشن میں اسے شامل کر دیا جائے گا) مگر تاریخی کے لئے یہ مضمون اپنی نوع میں منفرد ہے۔ اور میرا خیال ہے کہ علم رمل سے واقفیت رکھنے والے اور شغل طب کے حامل اس مضمون کو قدر کی نظر سے دیکھیں گے۔

تشخیص کے لئے اطباء عامہ، خاصہ، اور ہومیو پیتھی کے

حاصل کرتے ہیں۔ نبض اور قارورہ۔ آج انہیں میں سے ایک امر پر علم رمل کی روشنی میں واضح بحث کی جائے گی تاکہ احباب کو تشخیص مرض میں انتہائی آسانی ہو سکے۔ تعجب اس بات پر ہے کہ مریض کا سامنے ہونا بھی ضروری نہیں۔ دودھ بیچے ہوئے مریض کی نبض کی صحیح نشاندہی ہو سکے گی۔ کتاب روحانی ایکسپریس میں تجویز نسخہ اور طب یونانی پر بحث کی گئی ہے۔ اس بات پر مجھے فخر حاصل ہے کہ میں نے ایک عظیم علمی ریسرچ کر کے منائے فن رمل کی دعوت کو قبول کر لیا ہے۔ اگر حالات سے مطابقت کی تو انشاء اللہ اسی طرح کی علمی ریسرچ آپ کی خدمت میں پیش کرتا رہوں گا۔

(نشا دگیٹائیڈ شور کوٹ شہر)

نبض کی قسمیں اور بیماریاں

نبض کیا ہے؟ دل کے انقباض اور انقباض سے جو حرکت ہر ایک شریان میں پیدا ہوتی ہے اس کا نام نبض ہے۔ جب دل کا بایاں بطن سکڑتا ہے تو اس انقباض سے حرکت کے ساتھ خون شریانیوں میں پہنچتا ہے۔ اور اسی کا نام نبض ہے۔ یہ انقباض اور انقباض تو اثر کے ساتھ جاری رہتا ہے اور طبیعت اسی حرکت پیمائشوں کے کہ مرض کا اندازہ لگاتے ہیں۔

نیند کے وقت نبض کی رفتار سست پڑ جاتی ہے۔ کیونکہ نیند کے عالم میں دوران خون سست ہوتا ہے جس شخص کی حالت صحت

اور حالت خواب میں نبض ایک جیسی ہو تو اس کا مطلب یہ ہے کہ اس شخص کا حالت خواب میں بھی دورانِ خون تیز ہے اور یہ بد خوابی کی دلیل ہے اور نفعِ دماغ پر مبنی ہے۔ ایسے شخص کا دماغ کمزور ہوتا ہے۔ کیونکہ کمزور اعصاب کی طرف دورانِ خون نسبتاً تیز ہوتا ہے۔

نبض عظیم

نبض جب حالت اعتدال سے طویل عرض اور بلندی میں زیادہ ہو تو نبض دکھانے والا شخص گرم مزاج ہے۔ نبض میں طویل عرض اور بلندی زیادہ ہو تو مریض کو گرم بخاروں میں سے کوئی بخار صفا دی ہے۔ ایسی نبض عظیم کہلاتی ہے۔

اگر بدن میں حرارت تیز ہو جائے تو نبض عظیم ہو کر چلتی ہے اور ساتھ ہی جلدی جلدی بھی چلتی ہے اور نبض اوقات عظیم کے ساتھ مترج بھی چلتی ہے۔ بعض دفعہ وقفہ یا نبض کے سکون کا زمانہ بہت ہی کم ہوتا ہے۔ نبض کی یہ حالت تیز بخاروں میں (یا جب بدن میں حرارت بہت زیادہ بڑھ گئی ہو) پیدا ہو جاتی ہے لیکن یہ حالت اس وقت تک قائم رہتی ہے جب تک مریض کا قوت قائم رہے اور اگر مریض کی قوت کمزور پڑ گئی ہو تو نبض عظیم اور سریع نہ ہوگی۔ بلکہ صرف متواتر چلے گی۔

نبض صغیر

اگر نبض حالت اعتدال سے طویل و عرض اور بلندی میں کم ہو

ہو تو اس کو نبض صغیر کہتے ہیں۔ ایسی نبض ضعف کی حالت میں چلتی ہے یا جب خون میں بدنی مواد کی زیادتی ہو یا غذا حد سے زیادہ کھائی ہو تو نبض صغیر چلتی ہے۔ اگرچہ وہ قوی ہوتی ہے۔ جس کی وجہ یہ ہے کہ زیادہ غذا کی صورت میں دورانِ خون زیادہ معدہ کی طرف ہوتا ہے اور مواد کی موجودگی میں نبض دبی ہوئی ہوتی ہے۔ جیسا کہ بخاروں کی فورت میں ابتدا میں دیکھا جاتا ہے لیکن جس وقت مسلسل لینے سے مادہ تحلیل ہو جاتا ہے تو نبض پھر حالت اعتدال پر آ جاتی ہے۔

اگر نبض پر انگلیاں رکھنے سے قریب زور سے لگے تو نبض قوی کہلائے گی اگر زور سے نہ لگے تب نبض ضعیف کہلاتی ہے۔ اگر مریض کی حالت ابھی ہوا اندہ قوت موجود ہو مگر نبض ضعیف چلے تو اس کا سبب شریازوں کی ملایت ہے۔ قوی نبض قوت بدنی کی دلیل ہے۔

اگر نبض کی ضرب ایک سیکنڈ کی بجائے نصف سیکنڈ میں پوری ہو جائے تو ایسی نبض کو میرج کہتے ہیں اور نبض کی ضرب ایک سیکنڈ کی بجائے ۱/۲ سیکنڈ میں مکمل ہو تو ایسی نبض بطی کہلاتی ہے۔

اعصابی امراض بے خوابی، بخار، امراض زخم، احتباس جوف، اختناق الرحم

کی حالت میں اور بالآخر لڑکیوں میں پہلا حیض آئے تو نبض سریع چلتی ہے۔
بعضی زخم معده، سرطان معده، بیرقان، ذیابیطس، دیوانگی اور سمیات
کھانے کی حالت میں نبض بطی ہوتی ہے۔ کیونکہ خون کا دوران مادی عضو کی طرف
تیز ہوتا ہے اور شریان کی رفتار میں فرق آجاتا ہے۔

دل کی دوسریوں کا درمیانی وقفہ بہت ہی کم ہو یعنی نبض پر ہاتھ رکھتے
سے ایک ضرب کے فوراً بعد دوسری ضرب پڑ جائے تو ایسی نبض کو متواتر
کہتے ہیں۔

اور جب نماز سکون دراز ہو تو اس نبض کو متفادات کہتے ہیں۔ سریع اور
متواتر دونوں لفظ مترادف معلوم ہوتے ہیں لیکن ان دو میں بڑا فرق ہے سریع
میں زمانہ حرکت زیادہ ہوتا ہے اور متواتر میں دو حرکتوں کے درمیان کا زمانہ
تھوڑا ہوتا ہے۔ سریع میں قوت کا ہونا ضروری ہے۔ متواتر میں قوت لازمی
نہیں آتی ہو تو سریع، کمزوری ہو تو متواتر۔

ہر دھڑکات کا درمیانی وقفہ مساوی ہو تو نبض مستوی کہلاتی ہے۔ جب وقفہ
مساوی نہ ہو تو نبض مختلف کہتے ہیں۔

جب نبض کی ایک ضرب نرم ہو اور ایک سخت ہو اور علی التواتر مطلقاً

یہی حال رکھے تو نبض مختلف منتظم ہوگی۔

جب حرکت سکون بغیر کسی خاص قاعدہ کے بدلتا رہے یعنی گاہے چلتی
غریب سخت ہو اور گاہے دوسری ضرب سخت ہو تو ایسی نبض کو ہم مختلف غیر
منتظم کہیں گے۔ نبض مختلف منتظم، بدھنی، امراض جگر، امراض ریاح،
گردہ کے امراض، دوران خون کی رکاوٹ، سرسام، سکے میں چلتی ہے۔
امراض ریاح میں بھی نبض مختلف منتظم چلے گی۔

مختلف غیر منتظم، امراض قلب الشرائین میں اور سمیات سے مسموم ہونے
کے وقت چلتی ہے۔

صلیب اور لین

اگر نبض انگلیوں کے نیچے دبانے سے سخت معلوم ہو تو اس کو صلیب کہتے
ہیں اور اگر نرم معلوم ہو تو اسے لین کہتے ہیں۔

اور اہم حادہ: بذات الجنب میں نبض سریع، متواتر اور صلیب ہوتی
ہے۔ قرائطس، ذات الریہ، جبکہ یہ بلغم یا صفرا کی وجہ سے ہوں تو نبض سریع
اور متواتر ہوتی ہے۔ اگر بلغم کا مواد زیادہ ہو تو نبض میں سرعت نہیں ہوتی بلکہ بطی
ہوتی ہے اور استسقاء کے لمحی، فالج اور امراض بارہ میں بھی نبض بطی ہو کر چلتی ہے۔
جب بدن سے خون کسی سبب سے زیادہ خارج ہو جائے تو نبض بطی چلتی ہے۔

جب نبض بہت ہی میغر اور بہت متواتر ہو۔ چیونٹی کی چال چلے۔ مریش کی
زندگی سے ناامیدی ہو تو ایسی چال کو نلی کہتے ہیں۔ یہ سقوط موت کے وقت

چلتی ہے۔

اورام حارہ میں نبض متفاوت اور مست چلتی ہے۔

رطوبت کی زیادتی کے باعث نبض موجی چلتی ہے۔

سرام گرم میں نبض صلب ہوتی ہے۔ سرسام سرد میں نبض متفاوت

صداع حار میں سریع اور صداع بارد میں متفاوت ہوتی ہے۔

جنون میں صلب اور صغیر ہوتی ہے۔

عشق میں مختلف غیر منظم۔

ناخ اور لقوہ میں صلب اور بدنی ہوتی اور ساتھ ہی نبض مست

ہوتی ہے یعنی بلی اور مختلف منظم چلتی ہے۔

مرع، سکتہ اور مراق اگر بلغم کی زیادتی کے باعث ہوں تو نبض بلی

اور متفاوت ہو۔ اگر سواد سے ہو تو نبض صلب اور صغیر ہوتی ہے۔

حیات یومیہ میں نبض عظیم اور متواتر ہوتی ہے۔

نوبتی بخار میں نبض عظیم اور قوی ہوتی ہے۔

عنب خالص میں نبض صغیر متفاوت اور ضعیف ہوتی ہے۔

متملی اور خالی

نبض بھری ہوئی متملی کہلاتی ہے اور خالی خالی کہلاتی ہے۔ متملی قوت

بہر دلالت کرتی ہے اور خالی ضعیف پر۔ اس کے علاوہ مرکب نبضیں ہیں

جن کا بیان ضروری نہیں ہے۔

نشاری

جب نبض کسی طرح چلے تو نشاری کہلاتی ہے۔ افشار میں اورام کے

بلاوت نبض نشاری ہو جاتی ہے۔

دودی اور ٹکلی، انتہائی کمزور نبضیں ہیں جو انسانی ضعف کی صورت میں

چلتی ہیں۔ دودی یعنی کپڑے کی رفتار اور ٹکلی جیونٹی کی رفتار مگر ان مرکب نبضوں

کے ہتھکٹ میں بڑے کی ضرورت نہیں ہے۔ تشخیص مرض اور تجویز نسخہ کے

لئے صرف اتنا ہی بیان نبض کافی ہے۔

عظیم

صفراوی قسم کے بخار، تیز بخار، بدنی قوت زیادہ ہو۔

صغیر

ضعف کمزوری یا معدہ غذا سے پُر ہو بلغمی مواد کی زیادتی، بخار کی ابتداء

قوی

قوت بدنی کی دلیل ہے۔

ضعیف

ضعف اور کمزوری کی نشانی ہے۔ محل میں یہ نبض چلتی ہے۔

سریع

اعصابی امراض، اعصابی درویں، بے خوابی، بخار، امراض رحم

سرطان رحم، ادم رحم، سیدان رحم، اور در رحم، احتباس حین، اختناق
ادم اور سیدان بونگ پر پہنچی ہوئی لڑکیوں کی جنس سرخ چلتی ہے۔
بلبل

فالج اور امراض بارہ، استخراج خون، حیض کی زیادتی، بواسیر کی زیادتی
تکسیر، بھٹی، زخم معده، سرطان معده، بیرقان، تریاکیس، دیوانگی، اور
سمات کے کھانے سے جنس بلبل چلتی ہے۔ امراض نشانہ میں بھی یہی جنس چلتی ہے۔
منواتر

بخار، اندرونی اور ادم، سرد و گرم میں جنس متواتر ہوتی ہے۔
مستوی

امراض معده اور امراض جگر میں جنس مستوی ہوتی ہے۔

مختلف منتظم

بدہنمی اور دیگر امراض معده، امراض جگر، امراض ریات
انقباض عرق النساء وغیرہ اگر وہ کے تمام امراض، دوران خون کی رکاوٹ،
بانی بائہ پریشاں، سرسام اور سکتہ میں چلتی ہے۔

مختلف غیر منتظم

امراض قلب، درد قلب، شرائین کی سختی، اور سخت زہریلی چیزوں کے
کھانے سے یہ جنس چلتی ہے اگر کسی غلطی خرابی سے خون میں نہ ہر پیدا ہو جائے
تو پھر بھی یہ جنس چلتی ہے۔

صلب، گرم، ادم، گرم بیرونی یا اندرونی، ذات الجنہ ہونیا

میں جنس سرخ اور صلب ہوتی ہے۔
لین

بلغمی مواد کی زیادتی اصل اور دق میں جنس لین چلتی ہے۔
اشکال الرمل اور علم البنفس

علم الرمل میں جنس کا تعلق خانہ سوم سے ہے۔ اگر یہ اشکال محض خانہ
سوم میں آئیں تو مفرد بنفیں ہوں گی۔ اور اگر خانہ سوم کے سوا کسی اور خانہ
میں بھی تکرار کریں تو جنس مرکب ہوگی۔ اس کی تشریح کر رہا ہوں۔

اگر یہ شکل صرف خانہ سوم میں آئے تو عظیم ہوگی۔
اگر دو خانہ، آتش میں تکرار کر رہی ہو تو عظیم اور قوی ہوگی۔
اگر آتش، پیاد کے کسی خانہ میں تکرار ہوگی تو سرخ ہوگی۔

اگر آب کے کسی ایک خانہ میں تکرار کرے تو صغیر ہوگی۔ دو خانہ میں تکرار
ہو تو تفاوت ہوگی۔

اگر ایک خانہ آتش میں تکرار کر رہی ہو اور ایک خانہ آب میں ہو تو
معتدل مگر سرخ ہوگی۔

اگر خاک میں تکرار ہو تو صلب اور صغیر ہوگی۔
اگر صرف خانہ سوم میں ہو تو صلب اور صغیر ہوگی۔
اگر کسی اور خانہ آب میں تکرار ہو تو لین ہوگی۔

اگر خانہ آتش میں تکرار ہو تو مستوی ہوگی۔

اگر خانہ باد میں تکرار ہو تو بطنی ہوگی۔

اگر تکرار نہ کرے تو قوی اور عظیم ہوگی۔

تکرار خانہ آب میں کرے تو قوی اور عظیم ہوگی۔

تکرار خانہ آتش میں کرے تو سریع ہوگی۔

تکرار کسی اور خانہ آب میں کرے تو لین اور بطنی ہوگی۔

تکرار خانہ خاک میں صلب اور سریع ہوگی۔

معتدل بعض یہی شرط کہ صرف خانہ سوم میں ہو اور کہیں تکرار نہ کر رہی ہو۔

خانہ آب میں تکرار کرے تو لین اور متفاوت ہے۔

خانہ خاک میں تکرار ہو تو مستوی ہے۔

خانہ آتش میں صلب ہے۔

صرف خانہ سوم میں ہو تو صغیر اور متواتر ہوگی۔

خانہ آب میں ہو تو سریع اور بطنی۔

آتش اور باد میں سریع

خاک میں بطنی

صرف خانہ آب سوم میں ہو تو متفاوت ہے اور سریع ہے۔

کسی اور خانہ آب میں تکرار ہو تو صغیر اور صلب ہے۔

آتش میں سریع۔

خاک میں صلب۔

خانہ سوم میں ہو تو مستوی۔

آتش اور خاک میں خالی ضعیف اور متفاوت۔

باد میں بطنی۔

خاک میں متلی۔

خانہ سوم میں متلی۔

آب اور باد میں متلی ضعیف۔

خاک میں متلی قوی۔

آتش میں نشاری۔

خانہ سوم میں موجی۔

باد میں دودی۔

خاک میں ٹلی۔

آتش میں عظیم اور معتدل۔

خانہ سوم میں عظیم۔

آب اور خاک میں عظیم اور سریع۔

آتش میں سریع اور قوی۔

خانہ سوم میں صغیر۔

آب اور خاک میں ضعیف اور کمزور۔

آتش اور باد میں متفاوت سریع اور صغیر۔

خانہ سوم میں عظیم اور سرخ۔

خانہ آب و باد میں مستوی۔

خانہ خاک میں متفاوت۔

خانہ آتش میں نشاری۔

آب میں غیر منتظم مختلف۔

آتش اور باد میں ذنب القار۔

خاک میں ذوالفطرۃ۔

خانہ سوم میں صغیر۔

آتش باد میں معتدل لکڑی صغیر۔

آب و خاک میں ضعیف، دودی اور متفاوت۔

خانہ سوم میں متواتر۔

آب و باد میں مختلف غیر منتظم۔

آتش میں منشاری۔

ہر خانہ میں دودی، نملی اور عین موت کے وقت چٹانے والی نہیں۔

علت صفرا سے درد سر، درد گردن، تپ گرم، سوزش،

تنگی، کوفت بدن، آغاز سرسام، قویج یا عارضہ، امراض دماغی،

درد کان، تپ صفراوی، ادھاسیسی، یرقان۔

علت سرما و سودا سے درد گردن و حلق، درد زانو و تپ،

سستی اور درد دماغ، یرقان، بے ہوشی، غشی، درد چشم، درد

زانو، درد گلو، درد کتف، تپ سوداوی۔

علت بلغم سے درد سینہ، پہلو، غم و اندوہ، یا اخراج خون بخارش

ذیل اطعون، تپ یک روزہ، تپ گرم و اسہال، تپ بحرہ، ضعف

دماغ، سحر، چھک، پیوڑا پھنسی، آتشک خونی، سہرہ۔

سرد تبض، سرطان، سوجن شکم، استقار تنگی نفس، تپ، درد

ناف و شکم، خشکی سودا سے، کنت، استقار ضیق النفس، درد ناف

درد کمر، تبض، خرابی معدہ، جھود، تپ دودی سوداوی، امراض سینہ پہلو

غشی، مایخویا، بیماری معدہ، تپ لہزدہ، درد شکم، درد دل، ہند

زکام، سوجن دماغ، درد سر، درد کمر یا آسیب جن و سحر، تبض کبھی ہوش

میں کبھی بے ہوش، غشی، مایخویا، درد سینہ، درد سر، امراض دل

سوداوی حرارت جگر، دست دتے۔

فساد خون سے خشکی بدن میں، بلندی سے گرنا، ضرب سقط، چوٹ،

درد شکم، دیوانگی، بے ہوشی، مرگی یا اجرائے خون شکم اور ناک سے خون آلود

جوع الکلی، وجع المفاصل، تپ سوداوی، درد اعصاب، جلد صہر

امراض معدہ، عارضہ تبض، درد شکم، آفت روح، ہڈیوں اور جسم میں

درد، بہق ایض، نفق۔

فساد خون، اسہال، تپ حادہ، امراض رحم، غلغلی، خونی امراض،

عارضہ زخم و جراحت، ضرب و رونی، در دینہ، زکام، در حشیم، باد مریخ،
گزیدگی و گریگ و سنگ دیوانہ یا پانی بے وقت پینے سے اعصاب شکنی۔
عارضہ سمیت مار، استسقاء، سیدین بدن، لقوہ، کھانسی،

ریج، فالج، بلغم غشی، امراض رحم و مثانہ، ذیابیطس۔
عارضہ تب گرم، زیادہ گوئی، بے ہوشی، ہرارت، غلبہ خون، درد
چشم، ایرقان، خشکی زبان، غلبہ صفرا، امراض جگر۔
عارضہ بلغم و سودا سے درد، خارش اندام نہانی، تب بلغمی، اسہال
و لرزہ، درد کہ عورت حاملہ کے عوارض، درد جگر، درد گردہ، لقوہ،

آشنج، تب صفراوی، بواسیر۔
ضعف دل، ضعف دماغ، زہر سم، درد شکم، درد کمر، باورنگ
خارش، تب گرم، ایرقان، ناسور، طاعون، زخم مہلک، سونگی اعصاب،
سکتہ، دق، امراض پتہ۔

زکام، پیش، درد کان، درد بازو، بلندی سے گرنا، جھٹ آنا،
درد شکم، خارش اندام نہانی، زہر خوردنی سے عوارض، ذیل، وجع المفاصل،
عرق النسا، بلغم، سودا سوخته، امراض اعصاب۔
بلغم سودا سے عارضہ عشق، بے ہوشی، تب سرد، درد سینہ، قوی

یک شہداء دل، باورنگ، ام العیسان،
قوی، درد کمر، درد گردہ، دق، مری، سچین شکم، درد ہفت اندام،

امراض موثق۔

لقق، مریخ، عرق النسا، درد امراض مرطابین۔
درد آدھاسیسی، جنون، اوجم، خوف، تب لرزہ، درد کمر و جگر،
لقق، مریخ، عرق النسا۔

آردم لٹ، نبض تیز، ضعیف، اور مختلف منتظم۔
آر ستم، البم، نبض صغیر، سریع، خالی۔
ایکویٹ، نبض سریع، صلب، قوی۔
انیم، تار، نبض قوی۔
ایر میور، سریع، نہ خیر، اور منتظم مختلف۔

اوجم، نبض مثلی اور بطی۔
کالجیم، خالی اور دودی۔
کمر، خالی اور مثالی یا دودی۔

کمر، نبض، مختلف منتظم۔
گلو، صلب، قوی، عظیم۔
جیلسی میم، لین، سریع، ضعیف۔

تیری، مستوی۔
اسفیرس، قوی۔
پیشیا، خالی۔

ورڈم ورائیڈ :- سرلیج اور ضعیف
 اور ویرس :- بلی
 سکیل کار :- صغیر، سرلیج، اور ضعیف
 بیلا ڈونا :- قوی، سرلیج
 برائی اونیا :- سرلیج، ضعیف اور متلی
 لیکس اور کرٹیکس :- مختلف غیر منتظم یا دودی یا نملی

ایکونارٹ، آرم مٹ، بیلا ڈونا، اوپیم، ورڈم ورائیڈ :-

کار بویج، ڈیجی ٹیس، مرک سال، سکیل کار، لائیو پوڈیم، نیٹرم
 میڈ، اسپائی، جیلیا، ورڈم ورائیڈ، کرٹیکس، ایکونارٹ، بیلا ڈونا
 نکسوامیکا، ایڈفاس، فاسفورس، کاسٹیکم :-

مختلف منتظم کے لئے
 لیکس، کرٹیکس، پائی روجی نیم، ایڈمیور، ڈیجی ٹیس، آرسنم
 الیم، فیرم فاس، سپائی جیلیا، ناجا، کرٹیکس، لیکٹس :-

غیر مستوی کے لئے
 آرنیکا، آرسنم الیم، آرم مٹ، لیکٹس، کرٹیکس، ڈیجی ٹیس، ایڈیڈ

سیاکم، ایڈر، لائیو پوڈیم، ناجا، فاسفورک، ایڈر، میڈور، اسپائی
 جیلیا، ڈیجی ٹیس، ورڈم ورائیڈ :-

ایکونارٹ، انیم ٹارٹ، بیلا ڈونا، جلیسی میم، لائیو پوڈیم، ناجا، فاسفورس
 ڈیجی ٹیس، کرٹیکس، پلساٹیل، اسپیا، اشوکا، آرسن فیری ٹوسا، وائی برنم
 سیانٹا، اگیشیا، ہلونیاس :-

اگر نبض صبح کو سرلیج ہو تو
 آرسنم الیم، سلفر

آرسنک، کیمفر، کینا بس، انڈیکا، جلیسی میم، ڈیجی ٹیس، ایکوینیشیا،
 کاسٹیکم، چائنا، فیرم فاس، نیٹرم سلف، کارڈوس، مریناس، ہائیو سائکس،
 سٹرامونیم نکسوامیکا، سلفر، ایڈفاس، ایپوریٹم :-

نبض باری باری سرلیج اور بلی
 جلیسی میم، ڈیجی ٹیس، اوپیم، لورڈ سیرس :-

نبض لین

آرسنم الیم، جلیسی میم، فاسفورس، ورڈم ورائیڈ، فیرم
 فاس، آرسنم آڈیڈ :-

ایکونائٹ، بیلاڈونا، برائی ادنیا، بائوساس، انیٹم ٹارٹ، ایتھ
س انڈیکل، کیٹس، سائنا، گکونائٹس، برائی ادنیا، کالی کارب، ایکلی
نیشا، بائوسائٹس، کالی فاس، سٹرومونیم، بیلاڈونا، چائنا، ڈیجیٹلیس
لیکس، ریکورس، سال، سلفر، نکس، وامیکا، سیسیا، سلیکار

آرم منٹ، آرسنکیم، البم، کیٹس، کیسفر، ڈیجیٹلیس، جلیسی میم، ایسڈ
ہائیڈرو، سیانک، لیگس، فاسفورس، فاسفورک ایسڈ، ایسڈ
یور، سپائی جیلیا، وریٹم، البم، وریٹم ورائیڈ، فیوٹ۔

چائنا، چائنا سلف، اپیکاک، ایکونائٹ، برائی ادنیا، بیلاڈونا،
وریٹم ورائیڈ، گکونائٹ۔

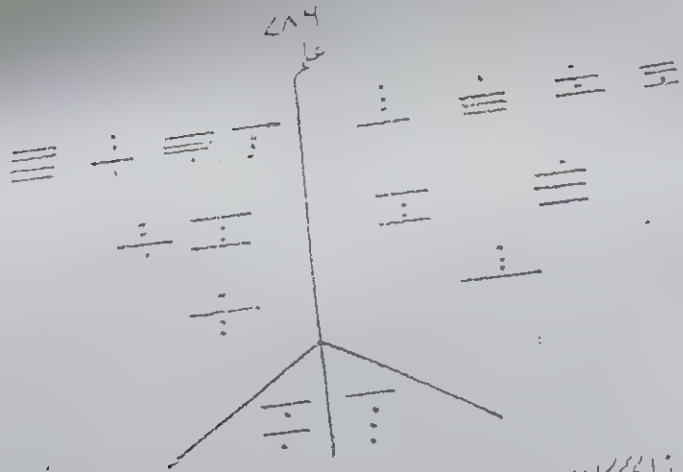
نبض صغیر

کاربوویج، چائنا، آرسنکیم، البم۔

خالی دودی اور تھلی نبض

کاربوویج، چائنا، آرسنکیم، البم، ادیم۔

از راجہ مریش

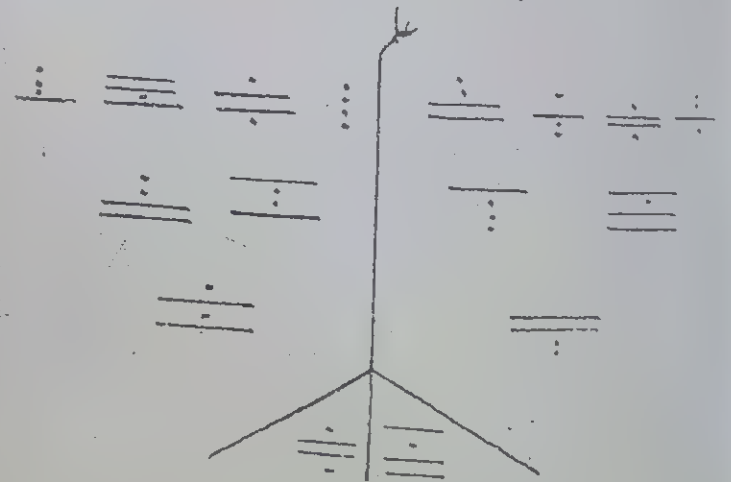


زاجہ کا خانہ ۶ مریض سے متعلق ہے جو ان امراض سے متعلق ہے جو رخ
الکیمی اور جمع المفاصل، تپ سوداوی، درد اعصار، اجاندہ امراض معده
دریشکم وغیرہ، اس شکل میں نقطہ خاک موجود ہے۔ گویا مادہ سوداوی
ہے۔ اس کی شکل منقلب خانہ ۳ آب اور خانہ ۹ آتش میں ہے۔

آب بلغم اور آتش خون سے متعلق ہے۔ ان علامات سے یہ معلوم ہوا کہ
مادہ سودا کی وجہ سے بلغم اور خون میں افتراق ہوا خانہ سوم خانہ نبض ہے
اس میں سے ہے جس نے ایک مقام خانہ ۹ میں مرکز آتش میں تکرار کی ہے۔
نبض عظیم اور قوی چل رہی ہے اس سے معلوم ہوتا ہے کہ مرض حاد ہے اس لئے
ابھی قوت باقی ہے اور عظیم ہے۔ گویا مرض ہوئے تھوڑے دن ہوئے ہیں۔
نبض عظیم دلالت کرتی ہے تیز بخار کی۔ گویا اس عارضہ کے ساتھ ساتھ تیز
بخار بھی ہے۔

شکل منسوب ہے زانیہ۔ سینہ و کمر احوال اور رگوں سے اس امتزاج
 ہے نتیجہ نکلا کہ مریض معارضہ وجع المفاصل بیمار ہے۔ مادہ سودا سے بلغم اور
 خون میں اختراق ہوا اور اس وجہ سے عارضہ خورد زانیہ ہوا اور اس کی
 شدت کے باعث مریض کو بخار بھی سخت ہے۔ تشخیص صحیح ثابت ہوئی۔
 اب ہومیوپیتھی دوائی کا انتخاب کیا۔ اس کے لئے ہومیوپیتھک میڈیا میڈیکال
 کا تقویرا سامطالعہ اور ادویہ کے اثرات و خواص کا علم ضروری ہے۔
 نبض عظیم کے لئے درد اعضا اور درد زانیہ وجع المفاصل کے لئے ایکو
 نائک برائی ادویہ اور بیلارڈ و نایہ تینوں بے حد مفید ہیں اور چونکہ یہ تینوں
 ادویہ ہومیوپیتھک نظریہ کے ماتحت ایک دوسرے کے بعد دی جاسکتی
 ہیں اور ایس میں تضاد بھی نہیں رکھتی اس لئے ان تینوں ادویہ کی ۲-۲
 پٹیاں دی گئیں۔ صبح رپورٹ ملی کہ مریض قطعی طور پر تندرست ہو چکا ہے۔

۲۔ زاپچہ مریض سے



شکل منسوب ہے درد شکم اور بواسیر کی بے ہوشی، مرگی، اجرائے خون
 شکم اور ناک سے خون آنے سے۔

منسوب ہے نقطہ آتش ہے جو خون اور سودا سے متعلق ہے۔
 منسوب ہے کی تکرار خانہ ۲ بار اور خانہ ۱۵ آب میں ہے۔ گویا چاروں خلطوں

کی خرابی ہے۔ اور چاروں خلطوں سے خون مرکب ہے۔ لہذا خون کا کوئی عارضہ
 ہے۔ نبض منسوب ہے مختلف غیر منتظم ہے۔ امراض قلب اور قلب، شریان کی سختی،
 گویا اس استدلال سے یہ ثابت ہوا کہ مریض کو زہر دیا گیا ہے۔ اس کے بارے
 خون میں زہر ملا اثر ہے اور اسے شکم میں درد کے ساتھ ساتھ اخراج خون
 ناک اور منہ سے ہوا ہے۔ نبض مختلف غیر منتظم کے لئے اور ان خواص
 کے لئے پائی روجی نیم اور آر شکم الیم انتخاب کیا۔ ان کے لئے امدادی طور
 پر میزیم فاس بھی دیا گیا۔ تشخیص کے بعد مریض کی کچھ علامات اگہ مل جائیں
 تو دوائی کے انتخاب میں کافی مدد مل سکتی ہے۔ لہذا ان ۳ ادویہ کے استعمال
 سے مریض کی بلیڈنگ پہلے ہی دن رگ گئی۔ پیٹ کا درد رگ گیا بے ہوشی
 دور ہو گئی۔ اور چار دن کے استعمال سے مریض کلی طور پر تندرست ہو گیا۔

ہاتھوں کی مقناطیسی قوت

ہاتھوں میں مقناطیسی قوت پیدا کرنے کے کئی طریقے ہیں۔ مسمرینم کی کتابوں میں مختلف قسم کے "پاس" کرنے کے طریقے درج ہیں اور مشقیں بھی۔ مگر یہ ایک بڑے تجربہ کی مشق پیش کر رہا ہوں جس کا ذکر آپ کو مسمرینم کی کتابوں میں نہیں ملے گا۔ یہ مشق جہاں ہاتھوں میں مقناطیست پیدا کرتی ہے۔ وہیں اعصاب کی قوت کے لئے ایک بہت ہی اعلیٰ ورزش ہے۔ اس ورزش سے سینے اور بازوؤں میں توانائی آجاتی ہے۔ بازو سڈول ہو جاتے ہیں۔ سینے کے پیچھے مضبوط ہو جاتے ہیں۔ آپ رات کو سکون کے عالم میں کسی دیوار سے اتنی دُور کھڑے ہو جائیں کہ اگر ہاتھ لمبے کریں تو دیوار سے مس نہ ہوں بلکہ دیوار سے صرف چار انگل دور رہیں۔ آپ کا منہ اگر شمال کی جانب ہو تو بہتر ہے۔ اور اگر ایسی جگہ دستیاب نہ ہو سکے تو پھر جس طرف بھی رخ کریں، آپ کو اجازت ہے۔ دیوار سے کچھ دُور رہ کر جسم کو چست و چالاک کر لیں۔ گردن اور سینہ کو ایک سیدھ میں کر لیں۔ ہاتھ دیوار کی طرف پھیلائیں اور پھر واپس سینے کی طرف سمیٹ لیں۔ دونوں ہاتھوں کی انگلیاں کھلی ہوں اور ان کے انگلی پورے ذرا ہتھیلی کی طرف جھکے ہوئے

ہوں۔ دل میں تصور یہ ہو کہ آپ مقناطیسی قوت کو اپنے ہاتھوں میں بھر رہے ہیں۔ ابتداء میں جس قدر بھی آپ آسانی سے یہ ورزش کر سکیں اتنی ہی دیر کریں۔ مگر مشق کو دن بدن بڑھاتے رہیں۔ حتیٰ کہ آپ تصور کی پختگی کے ساتھ ایک گھنٹے تک یہ ورزش کر سکیں۔ پس آپ نے جب پورے ایک گھنٹے تک یہ ورزش کر لی تو آپ یقیناً کامیاب ہیں۔ مزید ہم دن تک روزانہ ۱۔ اگھنڈ ورزش کر لیں۔ مگر مقناطیست کا تصور ذہن میں ضرور اُجاگر رہے۔ اس مشق کے کامیاب ہونے کا ایک تجربہ یہ بھی ہے کہ آپ ایک سوئی میں دھاگا ڈال کر اس دھاگے کو دیوار کے ساتھ کسی کیل سے باندھ دیں تاکہ سوئی دیوار سے صرف ایک انچ دور لٹکتی رہے۔ ہوا اس کمرے میں نہ ہو۔ آپ اس سوئی کے سامنے کھڑے ہو جائیں اور دونوں ہاتھ پھیلا کر سوئی کے قریب لائیں۔ مگر سوئی سے مس نہ ہوں۔ دل میں یہ ارادہ ہو کہ میں سوئی کو کھینچ رہا ہوں۔ آپ یقین کیجئے کہ ادھر آپ سوئی کے قریب ہاتھ لے جائیں گے اور سوئی ہوا میں یک دم اُچھلے گی۔ آپ کے ہاتھوں کی قوت اسے ٹھوکر مارے گی۔ اور وہ یقیناً اُچھلے گی اور پھر سوئی آپ کی کسی بھی انگلی کے ساتھ چمٹ جائے گی۔ آپ آہستہ آہستہ ہاتھ بلند کریں گے تو سوئی ساتھ ساتھ لٹکتی رہے گی۔ بعض یوگی تو اس مشق میں جس حد تک بڑھا لیتے ہیں کہ ہاتھ کے اشارے سے پتھر بھی اپنے مقام سے اُچھل پڑتا ہے۔ مگر سوئی کو کھینچ لینے کے بعد آپ بھی کمال مقناطیسی انسان بن جائیں گے۔ میں نے سوئی کو دیوار سے سماہ کی مشق کے بعد کھینچا

تھا۔ ۳ ماہ تک ہاتھوں کی ورزش کی تھی زیادہ وقت اس لئے لگا کر میں ورزش
 ۱۰ منٹ سے زیادہ وقت تک کبھی نہ کر سکا۔ اور ورزش شروع کی، اور
 پہلے والے آگئے۔ لازماً ورزش چھوڑ کر ان کے حضور میں حاضری دینا پڑی، مگر
 ادھوری اور نامکمل ورزش چھوڑ کر ان کے حضور میں حاضری دینا پڑی۔ مگر
 ادھوری اور نامکمل ورزش کے باوجود ۳ ماہ کے بعد سوئی کچھ آئی، اب بھی
 کچھ آتی ہے۔ ہاتھوں کی مقناطیسی قوت آج کل یہ کمال دکھایا کرتی ہے کہ درو سے
 بلکتے ہوئے مریضوں پر ۳، ۲ بار پاس کرتا ہوں (یعنی مقام درد کے قریب
 آتے جا کر یہ خیال کرتا ہوں کہ درد کو کھینچ رہا ہوں) اور یقین جانیے کہ
 درد کو ساحرانہ طور پر کھینچ لیا کرتا ہوں۔

دن بھر میں پندرہ پندرہ انسانوں پر تجربہ کرتا ہوں۔ ایک جگہ بھی ناکامی
 نہیں ہوتی درد ترک جاتا ہے مگر اس درد کی وجہ اگر کوئی ایسا مادہ ہے جس
 کی اصلاح نہ ضروری ہے تو کچھ ارادی طور پر طبی علاج کی بھی ضرورت
 ہے مثلاً کہیں پھوڑا ہو آپ درد کو سلب تو کر لیں گے۔ وقتی طور پر درد ترک
 جائے گا مگر چونکہ پھوڑا موجود ہے اس لئے آپ کو پھوڑے کا علاج بھی کرنا
 پڑے گا۔ ہو سکتا ہے تھوڑی دیر کے بعد درد پھر شروع ہو جائے۔
 یہ بھی ہو سکتا ہے اور عین ممکن ہے کہ آپ اپنی قوت ارادی کے بل
 لیتے پر پھوڑوں اور درموں کو بھی تحلیل کر دیں۔ اپریل کی پہلی تاریخ
 کو علاقہ ملتان سے میرے پاس ایک مریض کو لایا گیا جسے دُبل تھا۔ اور
 شہر بدروم کے علاوہ ناقابل برداشت درد بھی تھا۔ میں نے ۱۰ منٹ میں

درد کو سلب کیا۔ اور ساتھ ساتھ تصور کے عالم میں دُبل کو بھی تحلیل کر تا
 رہا۔ صبح ۹ بجے کا وقت تھا جبکہ میں نے اس کا علاج کیا خدا کے فضل و کرم سے
 درد ۱۰ منٹ میں ختم ہو گیا۔ اور دو م شام تک تحلیل ہو گیا۔
 میرے استاد کا کہنا ہے کہ ہر بار ہاتھ کو اس تصور کے ساتھ جھٹک
 دینا چاہیے کہ کھینچے ہوئے مرض کو جھٹک رہا ہوں۔ اور بعد میں ہاتھوں کو
 مایوں سے دھونا بھی ضروری ہے۔ یہ میرا دن رات کا معمول عمل اور طریق
 علاج ہے۔ آپ بھی اس سے فیض اٹھائیں۔ خود فائدہ نہ اٹھا سکیں تو سلب
 مرض کے لئے میرے پاس تشریف لائیں۔ تشریف لانے والے شہر کوٹ
 شہر میں مرا کے حسینی پہنچ جائیں۔ یہیں میرا گھر ہے۔

بے مثال نسخہ

پھولوں سے خوشبو نکال جائے تو مہل دینے کے لائق ہیں۔

جو اہرات میں اگر چمک دیک نہیں تو دو کوڑی کے پتھر ہیں۔

تلاش میں اگر آب نہیں، تو کسی کام کی بھی نہیں۔

انسان میں اگر شرافت کی خوشبو نہیں تو وہ درندہ ہے، حیوان ہے۔

شرافت ہی انسانیت کا خاصہ ہے۔ شرافت ہی انسانیت کا جوہر

ہے۔ انسان دنیا میں شرافت اور اعتدال کی زندگی گزارنے کے لئے خلق کیا

گیا ہے۔ اگر زندگی کے نصیب الین میں اعتدال قائم نہ ہو تو شرافت بھی،

بڑا آہستہ ختم ہو جائے گی۔ شرافت کا وجود اس وقت تک ہے جب تک زندگی

کے ہر شعبہ میں اعتدال قائم ہے۔ ازدواجی تعلقات میں بھی اعتدال کی ضرورت

ہے۔ اعتدال کا بڑا ڈانواں ڈول ہوا تو شرافت ڈگمگانے لگ جائے گی نہایت

نشانی کی باگ دوہ دونوں ہاتھوں میں تھام کر زندگی گزار دینے تو کبھی

پیشانی کا سامنا نہ ہو گا۔

آج کل لوگ جوانی کے عالم میں ہی جوان بننے کی ادویہ تلاش کرتے ہیں۔

لیکن یہ صرف بے اعتدال زندگی کا بین شہوت ہے۔

میں ناصح بن کر صرف نصیحت پر ہی اکتفا نہیں کرتا چاہتا بلکہ ضرورت
مندوں کے لئے جوان اور نوجوان بننے کا ایک ایسا طبی نسخہ بھی پیش کر رہا
ہوں جس کی تعریف کرنا اخلاقی درست معلوم نہیں ہوتا۔ البتہ اتنا کچھ ضرور
عرض کروں گا کہ یہ نسخہ شباب کی تمام قوتوں کا مرکز ہے معاون ہے، مدد
ہے اور مخزن ہے۔ اس کے ہوتے ہوئے کسی اور نسخہ کی ضرورت نہیں۔
یہ اعتدال انسان اگر اسے کھا کر اعتدال پسندین جائیں تو پوری زندگی
میں کسی اور دوا کی حاجت نہ رہے گی۔

یہ نسخہ جہاں آسان ہے وہاں سستا اور بے حد فائدہ مند بھی ہے۔

موجود جس حسب ضرورت لے کر اسے کوٹ لیں۔ اور کسی یرتن میں رکھ
کر دس بار برگد کے دودھ سے تر و خشک کر لیں۔ ایک بار برگد کا دودھ
اس قدر ڈالیں کہ دوائی خوب تر ہو جائے۔ سوائے میں اسے خشک کریں۔ اور
پھر دودھ کا دھڑال دیں۔ دس بار تر و خشک کرنے کے بعد اس کی گولیاں
بقدر ہر رتی بنالیں۔

ایک گولی عصر کے وقت دودھ سے استعمال کریں۔

دو ہفتہ بھر کھا لینے کے بعد مجھے ساری زندگی دعا دیتے رہیں گے۔
انشاء اللہ۔

ارکار توجہ، قوت ارادی کی تکمیل

برخلاف کی تکمیل میں قوت ارادی ہی کار فرمانظر آتی ہے اگر قوت ارادی
میں ہے تو آپ خیال کی قوت کو جتنی دور بھی جانا چاہیں بھیج سکتے ہیں اور
قوت ارادی کمزور ہے اور فاصلہ دور ہے تو یہ پیغام نہ پہنچ سکے گا۔
ارادی کی کمزوری ہو تو عقلی جیسے روحانی علم کو سمجھنے کی کوشش ہی
بچاویے جس شخص کے ضمیر میں دوا ارادے ہوں، ایک کہہ کر کام کرو
دوسرا کہہ کر نہ کرو۔ تو ایسے لوگ ہی قوت ارادی کے کچے ہوا کرتے
ہی صفت کے آدمی کو "ڈھنل لیقین" کہا جاتا ہے۔ قوت ارادی والا
ہر کام کو کہہ کے ہی دم لیتا ہے۔ ارادہ کی پختگی سے ہی ہر کام میں
نفاذ آتی ہے۔

میرے علم جعفری کے شمار کتابیں لکھی ہیں اور بے شمار مضامین
مطبوعات پر شائع ہو چکے ہیں۔ مجھے ہزاروں خطوط ملے ہیں اور ہر خط
میرے لیے یہی شکایت کی ہے کہ یہ علم بڑا مشکل ہے۔ ہمیں اس سے فائدہ
نہیں ملتا۔ کوئی آسان فائدہ اور کوئی آسان طریقہ نکالو۔ مگر جو دوست
میری کے مالک ہیں۔ جو اپنی ذات پر مدد دے کر تے ہیں انہوں

نے فلکیات میں شائع کئے ہوئے ہر قاعدے کو سمجھ لیا اور حل کر کے مجھ
بھیج بھی دیا ہے۔ یہ ہے قوت ارادی۔

یہ ہے عزم عظیم اور ہر مقصد کو حل کرنے کا فیصلہ، اور اسی کا نام ہے
قوت ارادی۔ قوت ارادی کے نزدیک کوئی کام مشکل نہیں۔

آپ چند اماعوں پر نظمیں ہی صرف پڑھا کرتے تھے۔ مگر قوت ارادی
والے چاند کی سیر کی بار کر بھی آئے۔

ایم اسے اپنی ایرج ڈی، فاضل مکہ اور علامہ قسم کے لوگ اپنی قوت
ارادی کے بل بوتے پر ہی اعلیٰ تعلیمی معیار پر پہنچ گئے۔

طاقت ارادی کا جانچ صرف اسی وقت ہوتی ہے جب انسان کسی
کام کو قابلیت سے کرنے لگ جاتا ہے۔ اگر کسی شخص میں پس و پیش کی
عادت ہو، یا آج کا کام کل پر ٹالنے کی عادت ہو تو سمجھ لیجئے کہ اس کی
قوت ارادی کمزور ہے۔

قوت ارادی ہے عزم بالجزم۔

سُن لو، سمجھ لو، کہ

جو مسئلہ بھی تمہارے سامنے آئے۔ اس پر ہر تن توجہ بن جاؤ۔ احتیاط
کے ساتھ اس پر غور کرو۔ جہاں تک اس کو سوچ سکتے ہو، سوچو، آخر
میں اس کے بارے میں قطعی فیصلہ کر لو۔ کسی سوال کو بغیر سوچے اور صور
نہ چھوڑو۔ اپنے فیصلہ پر جم جاؤ۔ ڈٹ کر کام کرو، خوب محنت کرو، دل
اکڑا کر۔ آپ کا قوت ارادی، دلا، مدد، ترقی کرتی جائے گی۔ اور آپ

ہے مشکل کام کو آسان سمجھنے لگ جائیں گے۔ فرصت کے وقت۔
 کے عالم میں۔ آرام سے کمر سہی پر بیٹھ۔ آہستہ آہستہ آہستہ
 نہ کہ کینچیں۔ اور آہستہ آہستہ باہر نکالیں۔ تمام خیالات کو دماغ
 کے نکال دیں۔ خیالات کو حکم دے دو۔ میں اب خلوت میں ہوں، میرے
 جسم پر مت آؤ۔ بدن کو بالکل ڈھیلا چھوڑ دو، یوں تصور کرو بدن
 میں جان نہیں، جسم پر طاقت نہیں۔ اعضاء میں حرکت کی طاقت نہیں۔
 انگلیں بند کر دو۔ اپنے آپ سے خطاب کر دو۔
 میں اپنے ارادہ میں کامیاب ہوں۔
 میرا ارادہ پہاڑ کی طرح مضبوط ہے۔
 میں سب پر قادر ہوں۔
 میرے ارادوں کو کوئی روک نہیں سکتا۔
 ہر کام کو مکمل کر کے دم لیتا ہوں۔
 اسی قسم کے جملوں کو اپنے اندر نہی اندر کم اند کم دہرائیں۔
 زبان سے اونچا بولنے کی ضرورت نہیں۔ صرف دل ہی دل میں ان
 فقرات کو دہرائیں اور نیند آجائے تو سو جاؤ تصور ہی دیر کے لئے
 سو جاؤ۔ اگر رات کو نیند آنے سے قبل اس مشتق کو کر سکیں۔ تو
 اجازت ہے بلکہ بہتر یہی ہے کہ جب سب لوگ سو جائیں۔ اس وقت
 آپ اپنے لاشعور سے اس قسم کی باتیں کرتے رہیں۔ بس یہ ایک تکنیک
 ہے لاشعور کو قوت ارادہ کی کامیابی کا نام ہے۔

اس اہم تکنیک کو ذہن و ارادہ کی کامیابی کے لئے اپنی ارادہ میں
 پختگی کا احساس کریں گے۔ آپ کو یہ شعور ہوگا کہ کامیابی ثابت ہوگی۔ اور
 آپ ہر ارادہ میں کامیاب ہو جائیں گے۔
 اس مشتق کو کم از کم ۳۰ منٹ تک کریں۔ اگر ساری زندگی کرتے
 رہیں تو بہت بہتر ہے۔ ذہن جس قدر تیز ہوگا۔ ارادہ اتنا ہی بہتر ہے۔
 جب قوت ارادہ کی آپ ترقی عیسوی کرنے لگیں تو اس کے بعد
 اپنے خیالات کو یکسو کرنا شروع کریں۔
 تمام بڑے بڑے کاموں کی بہتر رہائی میں ہوتی ہے۔
 نیوٹن نے علمی مسائل تنہائی میں حل کیے۔
 اڈیسن امریکہ کا مشہور مخترع کیلا تنہائی میں بیٹھ کر سوچتا
 رہتا تھا۔
 شاعر اشعار کی تخلیق تنہائی میں کرتے ہیں۔
 نذوق و شوق سے پڑھنے والے تنہائی کو بہتر کرتے ہیں۔
 تنہائی ایک ذریعہ ہے ذہنی ترقی کا۔ آپ بھی تنہائی
 سے کام لیں۔ تنہائی میں چلے جائیں۔ شعور و عقل سے دور۔
 جیسے جیسے اور آہستہ آہستہ ۵ بار سال کر کے کرائیں چند
 دن۔ کھلے آسمان کا تصور کریں۔ کھلے آسمان آسمان کے ذریعہ سے

حالات کی رو میں مٹ جائے گا۔

مگر قوتِ ارادی کے بل بوتے پر اس خیال کو بھنگی دے
اور اس قدر بھنگی کہ آپ کسی اور خیال کے بغیر نیلے آسمان
پر چلے۔ دس منٹ تک بڑی آسانی سے کر سکیں۔

جب متواتر مشق کرنے سے آپ کے تصور میں بھنگی آجائے۔
تو ایک سو فی صد عالم میں آپ متواتر دس پندرہ منٹ تک
نیلے آسمان کا صحیح تصور کر سکیں، تو یوں سمجھیں کہ آپ
ناپستی میں قدم رکھ چکے ہیں۔

بنا کرے ہیں اپنے کسی دوست کے ساتھ داخل ہو جائے۔ شور
بلی سے دور۔ آہستہ آہستہ سانس لیں۔ اور آرام سے آپ اور
اپکا ساتھی ایک دوسرے کی طرف پشت کر کے بیٹھ جائیں۔ آپ
کو دوست کے پاس کاغذ پینسل ہونا ضروری ہے۔ دونوں کا خالی الذہن
ہونا ضروری ہے۔

آپ ہاتھ میں تاش کا ایک ہنڈل رکھ لیں۔ ایک پتہ تاش کا اٹھائیں
اس پر نظر میں جمادیں۔ اور دوست کو خیال کی برقی رو کی مدد سے
کے پتے کا نام بتائیں۔ مکمل یکسوئی کے ساتھ — اور یوری قوت

دوست کو ہدایت ہو کہ جو کچھ اس کے دماغ پر القاء ہو۔
وہ پینسل سے کاغذ پر لکھے۔ اب انداز میں آپ کئی بار غلطیاں
کھائیں گے۔ اور آپ کا دوست غلط نام بتائے گا۔ مگر استقلال
سے یکسوئی سے اور قوتِ ارادی کو قابو میں رکھ کر مشق کیے جائیں۔
حتیٰ کہ کامیاب ہو جائیں۔

اس کے بعد ایک دو لفظ اپنے ذہن میں رکھ کر ان الفاظ
کی لہریں دوست کو بھیجیں۔

جب آپ کا دوست الفاظ بھی صحیح طور پر بوجھ جائے
تو آپ انشار اللہ کامیاب ہیں۔ اب آپ اپنی مشق کو ذرا دور
فاصلہ پر آزمائیں۔ اور اس دوست کو کسی اور محلہ میں بھیج کر
مشق کرے۔

اس مشق کو وسعت دے دیں۔ اور آپ دن بدن کامیاب
ہوتے چلے جائیں گے۔ انشار اللہ۔

نوٹ:

مجھے ہر مقصد کا مشورہ ملے سکے ہیں۔ مگر جوابی
لفاظ آنا ضروری ہے۔

دانت اکھاڑنے کا عمل

عام شعبہ، باز لوگ ملتے دانت کو مروڑی دے کر نکال لیا کرتے ہیں۔ اور عمل کا بہانہ کرتے ہیں۔ میرے ایک واجب الاحرام دوست جناب حکیم امانت علی خاں صاحب پانی پت میرٹھ بھارت نے اس عقدہ کو حل کیا اور نسخہ حاصل کر کے مجھے بھی تحریر فرمایا۔ جنگ سے قبل ان کا خط آیا تھا۔ اور اب شاید خط و کتابت جاری ہوگی۔ اس دوران میں نے ایک بار اس عمل کا صحیح نسخہ مرتب کیا تھا۔ مگر ایک شاگرد نے چوری کر لیا۔ اور ایک پاؤ کے قریب دوائی ضائع ہو گئی۔ جو بڑا دل مرینوں کے لئے کافی تھی۔

نسخہ یہ ہے کہ

مقرر قرعاً بقدر ضرورت لے کر نسوار کی طرح اسے باریک پیس یا جائے۔ اور کسی کھلے منہ کی بوتل میں ڈال کر تین گنا وزن سرکہ انگوری نالہ اس پر ڈال دیا جائے۔ دھوپ میں رکھ کر سرکہ کو خشک یا جائے۔ سرکہ جس قدر جذب ہو جائے اور ڈالتے رہے۔

شدید گرمیوں کے موسم میں نسخہ تیار کریں۔ اور پورے ۴۰ دن تک اس دوا کو دھوپ میں رکھ کر جس قدر سرکہ پلا سکیں پلائیں۔ اس کے بعد اس کو خشک کر کے سفوف بنا کر رکھ لیں۔ جس دانت کو نکالنا مقصود ہو۔ انگلی کی مدد سے اس دانت کے اندر اور باہر مسوڑھے پر تھوڑا سا سفوف لگا دیں۔ خیال رہے کہ کسی اور دانت کے مسوڑھے پر دوا نہ لگے۔

۲ منٹ کے اندر مسوڑھا اس قدر پھیلا ہو جائے گا کہ خود مرین اپنے لہجہ سے دانت آسانی سے باہر در دبا کر کھینچ سکتا ہے۔ نسخہ تجربہ پر صحیح ثابت ہوا، مگر افسوس کہ چوری ہو گیا۔

امانت علی خاں صاحب نے اس مقصد کے لئے ایک اور نسخہ کا افشا بھی کیا تھا مگر میں اس کو ماحال نہیں بنا سکا کہ ایک چھوٹے سے رومال کو نیوے کی چیربی میں تر کر لیں اور خشک کر کے محفوظ کر لیں۔ بوقت ضرورت اسی رومال سے دانت کو پکڑ کر ذرا سی مروڑی دیں۔ دانت فوراً باہر آ جائے گا۔ دارڑھ کو مروڑی نہ دیں بلکہ اس رومال سے پکڑ کر آگے پیچھے دھکیلیں اور کھینچ لیں۔

ان دونوں نسخوں کی مدد سے دانت کسی فارسیس کے بغیر نکالے جاسکتے ہیں۔

میں نے جہاں اور بے شمار علوم کی قربانی دے دی

ہے۔ اب دل چاہتا ہے کہ آیا یہ سسٹمز کے خزانوں کا دیا نہ
 ہیں کھول دوں۔ اور یہ مضمون اس خزانہ تک پہنچنے کی پہلی
 سیڑھی ہے۔

روحانیات

مادہ پرستی کے اس در میں روحانیت کا یاقین کرنا، کم عقلی نہیں تو اور کیا ہے؟ — مگر اس کا کیا کیا جائے۔ کہ روحانیت جب اپنا کمال دکھاتی ہے تو مادیت کا سر چکرا جاتا ہے۔

اچھی پچھلے دنوں کی بات ہے۔ میرے ہاں ایک دیرہاتی مریض نے
 علاج لایا گیا۔ اس کا بیہرہ، باند اور ٹائیس سوکھ کر کاٹا ہو چکا
 تھیں۔ تھامے بڑھ کر پورے پیٹ پر قبضہ جما رکھا تھا۔ تلی کے
 بڑھ جانے سے پورے ۹ ماہ کا حمل معلوم ہوتا تھا۔ میرے پاس
 مریض کو اس وقت لایا گیا جب کہ پانچ سات ڈاکڑوں اور حکیموں
 کا وہ تحہ، مشق بن بن کا تھا۔ حکیموں نے جلاب دے دے کر اس کی
 صحت کا ستیاناس کر دیا تھا۔

میرے نے فیصلہ کیا کہ اس کا روحانی علاج کرنا چاہیے۔ انوار کا دن تھا۔ اور یہ روحانی علاج انوار کے دن ہی کیا جاتا ہے۔ لہذا

مریض کے ساتھ وائے آدمی کو کہا کہ ایک سرکنڈا سبز جڑ سمیٹ
اور ۲۱ عدد اک کے پتے جلدی لائیے۔ ان چیزوں سے حصول کے
لئے اسے شہر سے باہر جانا پڑا۔ اور ۳۰۲ گھنٹے کے بعد وہ ہر
چیز میں لے کر میرے پاس آگیا۔

میں نے ہر پتے پر سورہ والناس ایک بار تلاوت کی مگر
جہاں ناس کا لفظ اس سورہ میں آیا ۱۰ اسے ۳ بار دہرایا، ہر
پتے پر ۳ بار۔ دم کر کے ہر پتہ مریض کے حوالے کر دیا۔ ہدایت
آگئی کہ جس پہلو کے بل آپ سوئیں۔ اسی پہلو میں اس دم
تدہ سرکنڈا رکھ دیا کریں۔

پورے ایک ہفتے کے بعد مریض میرے پاس آیا۔ چاک و
چوبند، چست و چالاک، بدن ہلکا پھلکا، اور پیٹ میں تلی کا نام
و نشان نہ تھا۔

جن ڈاکٹر اور حکیموں سے علاج کرا کے وہ مایوس ہو چکا
تھا۔ ان سے خصوصی طور پر ملا۔ اور وہ اسے دیکھ کر متحیر رہ
گئے۔

اس عمل کو میں نے مختلف امراض پر آزمایا۔ اور اس گئے
گزشتہ دور میں بھی اللہ پاک نے حد سے زیادہ کامیابی عطا
فرمائی ہے۔

ایک مریض کے لئے مجھے دیہات میں بلوایا گیا۔ اس خاتون

کے پیٹ میں رسولی تھی۔ اور ۲ بار اس رسولی کا آپریشن بھی
ہو چکا تھا۔ تیسری بار آپریشن سے گھر والے جان بوجھ کر
کٹا رہے تھے۔ کیونکہ مریض سوکھ کر کاٹا ہو چکی تھی۔ اور اس
کے بچنے کی امید کم تھی۔ میں نے یہی عمل ۲ بار کیا۔ ہفتہ ہفتہ کے
بعد _____ اور اس بات کو میں آج تک نہیں سمجھ سکا۔
کہ اس خاتون کی رسولی کدھر گئی۔

اب وہ خاتون چلتی پھرتی کام کاج کرتی اور بالکل تندرست
ہے۔

ایک مرد کو عرصہ ۳ ماہ سے _____ تھا۔ سر کے ایک حصہ
میں اس قدر درد تھا کہ اس کی برداشت سے باہر تھا۔ ڈاکٹروں
کی گولیاں کھا کھا کر وہ بالکل تنگ آچکا تھا۔ آخر میرے پاس
آگیا۔ اس نے اک کے سات پتے منگوائے۔ ہر پتے پر سورہ
والناس ۳۰۲ پڑھ کر دم کیا اور اسے دھوپ میں کھڑا
کر دیا۔ جس جگہ اس کا سایہ واضح طور پر تھا۔ اسے کہا کہ جس مقام
پر تمہیں درد ہے وہاں ہاتھ رکھ دو۔

اس نے اپنے سر پر ہاتھ رکھا اور میں نے سایہ پر اسی مقام
پر ایک پتہ اک کا رکھ کر سورہ والناس ایک بار پڑھ کر چاقو
کی مدد سے پتے کو کاٹ دیا۔

تیسرے پتے کے کاٹنے کے بعد مریض نے کہا کہ درد رک گیا ہے۔

کہ مریض کے سر پر رکھ دیں۔ جیسے جیسے کان بڑھتا اور کٹتا رہے گا۔
مرض گھٹا جائے گا۔ اور انشاء اللہ شدید سے شدید مرض بھی پانچ
سات دنوں میں رفع ہو جائے گا۔

اگر کان نہ بڑھے تو اسے آسیمی مرض خیال فرمائیں جسمانی
مرض میں کان ہر صورت بڑھ جاتا ہے۔ بعض اوقات کان ۲۱۲
انگل بڑھ جاتا ہے اور مرض بیک دم گھٹ جاتا ہے۔
آپ کو ان تینوں عملوں کی اجازت ہے۔

ختم شد۔

مگر میں نے اسی طرح سات پتوں پر عمل کیا۔ وہ دن گیا اور آج
کان آیا اس شخص کو پھر درد نہیں ہوا۔

اس سورہ مقدسہ سے میں نے ہزاروں مریضوں کو شفا
پا کر لیا ہے۔ طریق آپ کی خدمت میں پیش کر رہا ہوں۔
ایک کان (مرکٹا) لے لیں جو کہ خشک ہو۔ اسے درمیان سے
چیر دیں اور نصف حقے کو رکھ لیں۔ اسے ایک بانٹ اور
بہا انگلی مایہ کر کاٹ لیں۔

اس پر ۱۱ بار سورہ والناس پڑھ کر مریض کے سر پر رکھ دے
نیچے رکھ دیں۔ مثلاً حسب سابق ہر لفظ ناس کو ۳ بار دہرانا ہو
گا۔ آپ چھ گھنٹے کے بعد کان کو اٹھا کر پھر مایہ کر۔ آپ حیران ہوں
گے کہ کان کچھ بڑھ جائے گا۔

یہ آپ کے مایہ کر کی غلطی نہیں ہے۔ آپ مستعد ہو کر پختہ
یقین و ارادہ سے، تسلی سے مایہ کر نوٹ کر لیں۔ اور آپ
یقیناً حیرت میں ڈوب جائیں گے کہ کان بڑھ جائے گا۔
یہاں ڈاکٹر ڈی اور سائنس عاجز ہے کہ کانے جیسی ٹھوس
چیز کو کس نے کھینچ کر ایک آدھ انگل لمبا کر دیا۔

اپنا تجربہ اپنے مقام پر کچھ کہتی پھر میں۔ مگر کان ضرور بڑھ
جائے گا۔ اپنے پہلے مایہ کر کو یہ قرار رکھ کر جس قدر کان بڑھا ہو اسے
چاقو سے تراش دیں اور پھر ۱۱ بار سورہ والناس حسب سابق پڑھ



J. M. BARRIE

Peter Pan